

NOWOŚCI

DZIENNIK TORUŃSKI

Poniedziałek
27.10.2025

Nr 250 (16843)
Rok LVIII

www.nowosci.com.pl
Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

Znicze, wiązanki, chryzantemy, wrzosa w ofercie przed Wszystkimi Świętymi **str. 4**



FOT. KATARZYNA KUCHARCZYK

Cate Blanchett znów przyjedzie na Festiwal EnergaCAMERIMAGE **str. 2**

Nr ISSN 0137-9259

Nr indeksu 350370



Biegiem po legendy

Około dwóch tysięcy biegaczy stanęło na starcie wielkiego **finału Trylogii Legend Toruńskich**. Meta była na Bulwarze Filadelfijskim

Toruński rekord: przechwycono 40 kilogramów narkotyków!
str. 5

Jak 1 listopada dojedziemy lub dojdziemy do cmentarza i targowiska? **str. 3**

Czyja jest „Republika”? Sąd nad nazwą zespołu i wyrok **str. 4**

Dwie konwencje partyjne, **dwie różne wizje Polski** **str. 8**

FOT. PIOTR LAMPKOWSKI

REKLAMA

0011409011

PODARUJ RADOŚĆ WYGRYWANIA

DRAPIJ NAWET 1 000 000 ZŁ

Gdy grasz, wszystko gra!

Jutro w „Nowościach” Strefa Biznesu

● Polski sport ma nowego giganta. Premie będą dwa razy wyższe i... tokeny dla medalistów ● U jednego szefa chorujesz, u innego pracujesz

Zamów prenumeratę

Nowości Toruńskie ☎ 56 451 91 04

bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.nowosci.com.pl

Janusz Michalczyk



UPRZEJMIE DONOSZĘ...

Czy aktor może mieć poglądy na politykę i sprawy społeczne? Oczywiście, przecież jest obywatelem jak każdy inny. Czy powinien o nich mówić głośno i dobitnie? Co do tego pewności już nie ma, bo nasz świat stał się mocno spolaryzowany i któraś połowa widowni poczuje się obrażona. Nawet rola bohatera w oczach tej drugiej połowy, która akurat przyklaskuje wygłaszanym przez aktora opiniom, nie jest chyba warta narażania się na ataki i brutalną krytykę. Choć łatwiej to znosić, jeśli na co dzień nie spotyka się oponentów na ulicy.

Taka jest chyba sytuacja Katarzyny Smutniak, polskiej aktorki od lat robiącej karierę w zachodniej części naszego kontynentu, głównie we Włoszech. Właśnie przetacza się przez internet fala krytyki po tym, jak ujawniono, że Mel Gibson obsadził Polkę w roli Matki Boskiej w filmie, który ma być kontynuacją głośnej „Pasji”. Do Gibsona popłynęły z Polski głosy sprzeciwu, bo niektórzy przypomnieli sobie, że Smutniak popierała kilka lat temu marsze protestacyjne po zastrzeleniu u nas przepisów antyaborcyjnych. Jak widać, taka Maryja to dla radykałów obraza boska. Od razu przypomniała mi się afera z Dorotą Segdą, która po zagranii św. Faustyny narażała się części widowni teatralnej, gdy rozneglizowana paradowała po scenie.

Można skwitować, że pewni ludzie mają kłopot z oddzieleniem aktora jako człowieka od postaci, w jaką się wciela, lecz nie wyjaśnia to całkowicie sytuacji składania donosu. W tym samym czasie, gdy zaczęły płynąć apele do Gibsona, toczyła się zupełnie inna rozgrywka. Jakub Wiech, młody dziennikarz zajmujący się szeroko rozumianą energetyką, został zaproszony do udziału w prestiżowym programie stypendialnym Departamentu Stanu USA. Jednak gdy już wylądował w Ameryce, powiedziano mu, że zaproszenie zostało anulowane. Nieoficjalnie wiadomo, że w ślad za Wiechem powędrował do Waszyngtonu donos, iż zdarzyło mu się krytycznie wypowiadać o polityce gospodarczej Donalda Trumpa. Trzeba zaznaczyć, że Wiech jest ceniony za rzetelność i kulturę wypowiedzi, w dodatku daleko mu do liberalnych czy lewicowych poglądów. Czyżby w grę wchodziła zawiść kogoś z prawicowych kręgów? Chyba się zgodzimy, że donosicielstwo to brzydka skłonność, nawet gdy nie zawsze chodzi o osobistą korzyść. ©©

POGODA W REGIONIE

Dzisiaj

8°C
6°C



Imieniny obchodzą
dzisiaj:
**Iwo, Manfred,
Sabina;**
jutro:
**Judyta, Szymon
i Tadeusz.**

Wtorek

Środa

10°C
6°C



11°C
6°C



Najbliższe dni będą deszczowe i mgliste

Cate Blanchett ponownie przyjedzie na Festiwal EnergaCAMERIMAGE

Justyna Wojciechowska-Narloch
justyna.wojciechowska-narloch@polskapress.pl

Cate Blanchett, gwiazdę światowego formatu, w listopadzie znów będziemy gościć w Toruniu. Podczas gali zamknięcia Festiwalu EnergaCAMERIMAGE Cate Blanchett odbierze nagrodę Icon Award.

Organizatorzy 33. Festiwalu EnergaCAMERIMAGE poinformowali, że do Torunia ponownie przyjedzie Cate Blanchett, zdobywczyni dwóch Oscarów, niekwestionowana gwiazda światowego kina. W ubiegłym roku aktorka spędziła u nas cały tydzień - pełniła funkcję przewodniczącej festiwalowego jury.

Cate Blanchett to ikona, godna nagrody Icon Award

W tym roku Cate Blanchett weźmie udział w gali zamknięcia festiwalu, w trakcie której odbierze nagrodę - Icon Award.

Są wśród artystów osoby, wobec których nie można przejść obojętnie. Dzięki swojej wrażliwości, charyzmie i wyjątkowemu warsztatowi kreują niezapomniane role, a wszędzie tam, gdzie się pojawiają, tworzą wyjątkową atmosferę. Jedną z nich jest dwukrotna zdobywczyni Oscara Cate Blanchett. Zeszłoroczna szefowa jury Konkursu Głównego 32. EnergaCAMERIMAGE po raz kolejny zaznaczyła swoją obecnością to-



Cate Blanchett rok temu była m.in. bohaterką wystawy prac Juliana Rosefeldta (z lewej) pt. „Manifesto” w CSW

ruńskie święto kina. Podczas gali zamknięcia Festiwalu odbierze nagrodę dla Ikony - Icon Award - informują organizatorzy EnergaCAMERIMAGE.

Cate Blanchett to wielka gwiazda światowego kina. Oscary dostała za drugoplanową rolę w filmie „Aviator” z 2004 roku, w którym wcieliła się w postać Katharine Hepburn oraz pierwszoplanową w „Blue Jasmine” z 2013 roku. Ma także na koncie cztery Nagrody BAFTA, trzy Złote Globy oraz trzy nagrody przyznawane przez Amerykańską Gildię Aktorów Filmowych.

Grała m.in. w filmach „Tár”, „Zaułek koszmarów”, „Nie

patrz w górę”, „Ocean’s 8”, „Ciekawy przypadek Beniamina Buttona”, „Indiana Jones i Królestwo Kryształowej Czaszki”, „Dobry Niemiec”, „Utalentowany Pan Ripley” czy „Elizabeth”. Jedną z najbardziej rozpoznawalnych ról Cate Blanchett jest Galadriela z trylogii „Władca pierścieni” i filmów „Hobbit”.

Tegoroczny festiwal EnergaCAMERIMAGE, poświęcony sztuce autorów zdjęć filmowych odbędzie się od 15 do 22 listopada.

Cate Blanchett jest także aktorką teatralną. Z mężem Andrew Uptonem oraz z Coco Francini założyła i prowadzi studio Dirty Films.

Australijska aktorka jest Ambasadorką Dobrej Woli przy Wysokim Komisarzu ONZ ds. Uchodźców. Podczas Światowego Forum Ekonomicznego w Davos otrzymała wyróżnienie Crystal Award. Mieszka na angielskiej wsi wraz z mężem, czwórką dzieci, trzema psami, dwoma kotami oraz stadami świń i kur.

Konkursy i wystawa video-art na festiwalu

Festiwal Filmowy EnergaCAMERIMAGE to największe i najbardziej prestiżowe wydarzenie poświęcone sztuce autorów zdjęć filmowych na świecie. Przyciąga nie tylko absolwentów mistrzów sztuki operatorskiej z wielu krajów, ale także tysiące studentów, którzy marzą o karierze w filmie. W tym roku odbędzie się od 15 do 22 listopada.

Festiwalowi towarzyszą wystawy i prezentacje sprzętu filmowego - najnowsze technologie oraz rozwiązania wykorzystywane w produkcji filmowej.

Tegorocznemu festiwalowi towarzyszy wystawa Billa Viola, jednego z najbardziej znanych artystów video-artu na świecie. Od lipca można ją oglądać w Centrum Sztuki Współczesnej oraz w siedzibie Fundacji Tumult. ©©

Od stycznia szykuje się podwyżka dla milionów Polaków

Mateusz Mazur
mateusz.mazur@polskapress.pl

Wiemy, jaka będzie płaca minimalna w 2026 roku. Rząd potwierdził już wysokość minimalnego wynagrodzenia oraz stawki godzinowej, jakie będą obowiązywać od stycznia.

Takie będą stawki od stycznia

Rząd zdecydował, jaka będzie płaca minimalna w 2026 roku - jest projekt rozporządzenia w tej sprawie.

Z tego dokumentu wynika, że:

- minimalne wynagrodzenie za świadczoną pracę ma wynieść 4806 zł brutto,
- minimalna stawka godzinowa - 31,40 zł brutto.

Podwyżka płacy minimalnej wyniesie 140 zł brutto. Wpłyne to na portfele ponad trzech milionów Polaków.

Co roku propozycja rządu dotycząca pensji minimalnej trafia do Rady Dialogu Społecznego, która ma możliwość wypracowania wspólnego stanowiska.

W tym roku jednak, w czasie lipcowego posiedzenia, nie udało się osiągnąć porozumienia. Rozbieżności były dość spore.

Płaca minimalna brutto i netto 2026 - tyle zarobimy

Już w czerwcu zaproponowano, aby od 1 stycznia 2026 r. minimalne wynagrodzenie wynosiło 4806 zł brutto, a stawka godzinowa - 31,40 zł brutto.

Propozycja rządu spotkała się z krytyką ze strony związków zawodowych, które domagały się wyższej kwoty - co najmniej 5015 zł brutto.

Przedstawiciele pracodawców podchodzą do propozycji bardziej umiarkowanie, określając ją jako kompromis między oczekiwaniami pracowników a możliwościami przedsiębiorstw.

Nowe stawki płacy minimalnej zaczną obowiązywać od 1 stycznia 2026 roku.

Osoby, które nie odprowadzają składek na Pracownicze Plany Kapitałowe, zarobią na rękę nieco ponad 3500 złotych. ©©

PRZED WSZYSTKIMI ŚWIĘTYMI JAK 1 LISTOPADA DOJEDZIEMY LUB DOJDZIEMY DO CMENTARZA I TARGOWISKA?

Droga przez plac budowy na groby bliskich

Marek Nienartowicz
marek.nienartowicz@polskapress.pl

Ze sporymi utrudnieniami - w porównaniu z poprzednimi latami - muszą się liczyć ci, którzy we Wszystkich Świętych wybierają się na cmentarz św. Jerzego w Toruniu.

Powodem utrudnień jest oczywiście budowa odcinka trasy staromostowej, czyli odcinka alei 700-lecia Torunia między ulicą Dekerta a Czerwoną Drogą. Trwa ona także tuż za płotem cmentarza św. Jerzego - między nekropolią a Targowiskiem Miejskim.

Budowa trasy i utrudnienia przy cmentarzu

Budowa rozpoczęła się - w efekcie dodatkowych konsultacji społecznych i konieczności opracowania nowego projektu - z dziewięciomiesięcznym opóźnieniem, na początku marca.

Wydaje się, że w części drogowej inwestycji ekipy wykonawcy, czyli firmy Balzola Pol-

ska, nadrobiły trochę czasu. Na prawie całej długości odcinka widać kształt nowej arterii, gdyż ustawione są krawężniki. Pojawiła się też pierwsza warstwa asfaltowej nawierzchni. Leży na obu jezdniach fragmentu trasy między ulicą Gałczyńskiego a Czerwoną Drogą.

Budowa powoduje, że utrudniony od jej strony jest dostęp do cmentarza św. Jerzego i Targowiska Miejskiego.

Czy jednak jej sprawny przebieg pozwoli na wprowadzenie ułatwień na przełomie października i listopada, przede wszystkim w kontekście dnia Wszystkich Świętych? Odwiedzających te miejsca osób będzie znacząco więcej, oczywiście zwłaszcza na cmentarzu.

- Może uda się otworzyć wejście w północno-zachodnim narożniku targowiska? To ułatwiłoby także dojście do cmentarza - mówi jeden z handlowców z targowiska.

Przypomnijmy, że od końca lipca zamknięte lub zlikwidowane są bramy po zachodniej stronie rynku, czyli od strony cmentarza. Dostęp do targow-



FOT. GRZEGORZ OLKOWSKI

Tak było na budowie trasy staromostowej w sąsiedztwie cmentarza i targowiska w piątek 24 października

ska jest tylko od wschodu, czyli od Szosy Chełmińskiej. Od zachodu trzeba więc nadłożyć drogi, ulicą Dekerta i Szosą Chełmińską.

Otwarcie wejścia w północno-zachodnim narożniku

targowiska faktycznie ułatwiłoby sytuację. Nadzieje bywalców tej okolicy wzmocnił fakt, że w piątek 24 października rozpoczęła się budowa chodnika prowadzącego do tego punktu rynku.

Jak przez plac budowy dotrzemy na groby?

Wejście jednak nie zostanie uruchomione. Jedynym nowym rozwiązaniem na budowie trasy staromostowej, ułatwiającym ruch w pobliżu cmentarza św. Jerzego, będzie otwarcie prawoskrętu z ulicy Gałczyńskiego w aleję 700-lecia Torunia. Ułatwi on wyjazd w stronę centrum miasta.

- Mamy zapewnienie wykonawcy inwestycji, że w najbliższych dniach utwardzi przejazd w tym miejscu. Jeśli pogoda pozwoli, być może uda się na prawoskręcie ułożyć pierwszą warstwę asfaltu - mówi Rafał Pietrucień, wiceprezydent Torunia.

Aby tak się stało, wykonawca musi zintensyfikować prace. W piątek 24 października prawoskręt znajdował się bowiem sporo poniżej poziomu ulic Gałczyńskiego i alei 700-lecia Torunia. Widać tu było sporych rozmiarów wykop.

Wjechać na odcinek ulicy Gałczyńskiego przy cmentarzu św. Jerzego można tylko od strony ulicy Matejki. To nie zmieni się w weekend 31 paź-

dziernika - 2 listopada. Wyjeżdżając z tego odcinka Gałczyńskiego będzie można do Matejki oraz wspomnianym prawoskrętem. Parkowanie na Gałczyńskiego dozwolone będzie po stronie południowej, natomiast po północnej obowiązywać będzie zakaz postoju.

W innym rejonie - możliwy będzie przejazd ulicą Sportową do Szosy Chełmińskiej, jak i przejazd tzw. bajpasem po zachodniej stronie Szosy Chełmińskiej (przy sklepie sieci „Biedronka”) do ulicy Dekerta.

Służby miejskie zalecają, by 1 listopada w rejonie cmentarza św. Jerzego parkować pojazdy na parkingu „Cinema City”, tymczasowym parkingu na Jordankach (wjazd z Czerwonej Drogi i wyjazd na nią) oraz na parkingu obok Areny Toruń przy ulicy Bema. Wszystkie te miejsca tego dnia będą dostępne bezpłatnie.

Przy okazji warto wspomnieć, że Targowisko Miejskie przy Szosie Chełmińskiej będzie otwarte w dniu Wszystkich Świętych, czyli w sobotę 1 listopada. Dostępne będą stoiska z kwiatami oraz zniczami. ©

REKLAMA

0011413744

SENIORKO, SENIORZE!

Renta Wdowia to średnio 350 zł miesięcznie!*

Renta Wdowia to realne wsparcie dla budżetów domowych milionów Seniorów i Seniorek. To możliwość łączenia renty rodzinnej z innym świadczeniem emerytalno-rentowym, np. emeryturą czy rentą z tytułu niezdolności do pracy. To wsparcie zarówno dla Wdów, jak i Wdowców.

Poproś wnuczka o pomoc



Dowiedz się więcej
w najbliższej placówce
ZUS lub zeskanuj kod

Na wypłaty Renty Wdowiej
przeznaczyliśmy już ponad
293,5 mln złotych.

*średnia wysokość świadczenia
Renta Wdowia / dane: ZUS

Toruń

Czyja jest „Republika”? Sąd nad nazwą zespołu

Adam Willma
adam.willma@polskapress.pl

W sporze o prawo do nazwy legendarnej grupy Republika zapadł wyrok, który może rozstrzygnąć spór.

Chodzi o rejestrację znaku dokonaną przez żonę Grzegorza Ciechowskiego, Annę Skrobiszewską. Sąd uznał, że doszło do naruszenia dóbr osobistych Zbigniewa Krzywańskiego, gitarzysty Republiki, przez nieuprawnione zgłoszenie do ochrony słownego znaku „Republika” w Urzędzie Patentowym. W orzeczeniu sąd nakazał kobiecie zrzeczenia się prawa do znaku.

Licencja na „Republikę”

Początek sporu Zbigniew Krzywański wiąże z wydarzeniami sprzed trzech lat.

- Wiosną 2022 roku przypadkiem dowiedzieliśmy się, że zarejestrowano słowny znak towarowy „Republika” - mówi gitarzysta. - Wyszło to przy okazji koncertu Sławka na Jordankach, który grał z zespołem, akompaniując młodzieży, a pełnomocnik Anny zażądał licencji za użycie słowa „Republika” (w tytule „Republika sennych mar”). Postanowiliśmy działać.

Sławek to Sławomir Ciesielski, perkusista Republiki. Dla Zbigniewa Krzywańskiego muzyka sednem sprawy nie są sprawy finansowe, ale tożsamość i prawa osobiste członków zespołu.

- Republika to nasze, żyjących członków zespołu, dobro osobiste i tak będzie do chwili śmierci ostatniego z nas - pod-

kreśla Zbigniew Krzywański. - To jest kwestia naszej tożsamości. Republika jest moim prawem osobistym: takich praw się nie dziedziczy, nie wchodzi do masy spadkowej. Kiedy odejdę, nikt nie odziedziczy po mnie Republiki.

Zbigniew Krzywański zaznacza, że proces, który właśnie przyniósł korzystny dla niego wyrok, nie dotyczył „ustanowienia” własności do nazwy: - To nie był pozew o ustalenie praw do nazwy. Ja tych praw nigdy nie straciłem. Chodziło o naruszenie dóbr osobistych przez zawłaszczenie nazwy zespołu. Sąd potwierdził, że doszło do naruszenia moich praw. Wyrok nie jest jeszcze prawomocny, ale jestem pełen optymizmu - mówi gitarzysta.

Wiodąca rola Grzegorza

Wdowa po Grzegorzu Ciechowskim Anna Skrobiszewska zapowiada zaskarżenie orzeczenia.

„Oczywiście będę składała apelację. Brak jest uzasadnienia wyroku, gdyż został wydany na posiedzeniu niejawnym, w związku z czym nie mam możliwości szczegółowego odniesienia się do toku rozumowania Sądu. Z kolei sam kierunek rozstrzygnięcia pokazuje, że Sąd nie uwzględnił wiodącej roli Grzegorza Ciechowskiego w zespole Republika, zrównując ją z innymi członkami zespołu. Tak naprawdę, w istocie nie jest to spór ze mną, ale podważanie pozycji Grzegorza w zespole i roli jaką pełnił” - napisała w przesłanym oświadczeniu. ©



FOT. PIOTR SMOLINSKI

- Republika to nasze - żyjących członków zespołu - dobro osobiste - podkreśla Zbigniew Krzywański

Znicze, wiązanki, wrzosa, chryzantemy w ofercie przed Wszystkimi Świętymi

Katarzyna Kucharczyk
katarzyna.kucharczyk@polskapress.pl

Zaledwie kilka dni dzieli nas od święta Wszystkich Świętych. Znicze i wiązanki to obecnie najbardziej chodliwy towar w dyskontach, na targowiskach i oczywiście przy cmentarzach.

Dla jednych jest drogo, dla innych nie tak źle. Będąc na targowisku, słyszy się różne komentarze przy stoiskach. Jedni się targują, kolejni szukają tańszych opcji.

Znicze po 10 zł i... 115 zł

Ceny zniczy są bardzo zróżnicowane. Wszystko zależy od wielkości, materiału i ozdób. Można znaleźć proste, małe modele od 10 do 17 zł, jak i średnie, wykonane ze zdobionego szta od 20 do 40 zł. Największe z napisami, dedykacjami, różami i twardym grubym szkłem są najdroższe. Za nie trzeba liczyć już od 50 do nawet 115 zł!

Do tego dochodzą jeszcze wkłady. Ich cena uzależniona jest od wielkości wkładu oraz wypełnienia. Zwykłe parafinowe to koszt od 3 zł za najmniejsze, do 12 zł za najwyższe. Do olejowych, bardziej eko i starczających na dłużej, trzeba doliczyć średnio złotówkę.

Dużym zainteresowaniem cieszą się wiązanki i kompozycje ze sztucznych kwiatów. Mimo że ich ceny potrafią zaskoczyć, wiele osób decyduje



FOT. KATARZYNA KUCHARCZYK

Oferta na targowisku ukierunkowana jest obecnie na ozdoby na groby - m.in. popularne od lat chryzantemy

się na gotowe zestawy. Najmniejsze wiązanki kosztują średnio około 45 zł. Różnią się najczęściej kolorem. Większe, wypełnione różnymi kwiatami sztucznymi oraz igliwem kosztują od 60 do 80 zł. Duże wiązanki, zajmujące większość płyty pomnikowej, to koszt

przynajmniej 110 zł, a w niektórych przypadkach sięgający nawet i 200 zł. Podobnie trzeba zapłacić za zestaw - wiązanka i bukiet - tu cena waha się od 100 do nawet 180 zł.

Dużą popularnością cieszą się tradycyjnie chryzantemy - zarówno cięte, jak i w doniczkach. Za cięte, za kilka gałązek, zapłacimy od 15 do 25 zł. W doniczkach są droższe, ale przetrwają też dużo dłużej. Za małą doniczkę zapłacimy od 15 do 20 zł, średnie kosztują od 20 do 30 zł. Za największe damy 35 zł. Królują klasyczne odcienie bieli, żółci i różu z fioletem.

„Wrzosa w tym roku króluje. Różne odmiany, różne kolory, kompozycje. Wiele osób twierdzi, że jest trwalszy niż chryzantemy”.

Potrzebna inwestycja na Podgórzu budzi kontrowersje

Marek Nienartowicz
marek.nienartowicz@polskapress.pl

Torunianie z lewobrzeża skarżą się na przebieg robót wzdłuż ulicy Poznańskiej. Niektórzy wskazują, że w święto Wszystkich Świętych mogą one utrudnić dostęp do cmentarza.

Budowa ścieżki rowerowej i tzw. ciągu pieszo-rowerowego wzdłuż ulicy Poznańskiej rozpoczęła się w połowie lipca. Zaplanowano ją na długim, bo prawie 2-kilometrowym odcinku między ulicami Andersa a Szubińską - po północnej jego stronie. Inwestycja ma rozwiązać problem bezpieczeństwa na tej jednej z głównych, bardzo ruchliwych ulic Torunia, którą biegnie droga krajowa nr 15.

Bardzo potrzebna inwestycja budzi jednak kontrowersje. Powodem jest przebieg budowy, a w zasadzie jej tempo.



FOT. GRZEGORZ OLKOWSKI

Inwestycja wzdłuż Poznańskiej ma potrwać do końca roku. Są obawy, czy ten termin zostanie dotrzymany

Mieszkańcy zasygnalizowali to również redakcji.

- Na budowie niewiele się dzieje. Niewielkie są efekty robót - mówi Krzysztof Lasocki.

Przez rozkopany pas wzdłuż jezdni ulicy Poznańskiej są problemy z wyjazdem z posesji. Piesi pozbawieni są chodnika. Rowerzyści poruszają się jezdnią. Alternatywą nie jest połu-

dniowa strona Poznańskiej. Tu w ogóle nie ma infrastruktury dla pieszych.

Pojawiły się pytania o budowę w rejonie „nowego” cmentarza przy Poznańskiej w kontekście święta Wszystkich Świętych, gdy nekropolia ta będzie licznie odwiedzana.

- Mogą być tutaj większe utrudnienia. Liczymy na wspar-

Pojawia się też coraz więcej wrzosa w rozmaitych kolorach, które w tym roku podbiły serca kupujących. Zapłacimy za nie od 15 do 30 zł. Kompozycje z żywymi wrzosa i igliwem kosztują 50 zł wzwyż.

- Wrzosa w tym roku króluje. Różne odmiany, różne kolory, kompozycje, tak naprawdę schodzi wszystko. Wiele osób twierdzi, że jest trwalszy niż chryzantemy - twierdzi jedna ze sprzedawczyń.

Promocje w marketach

„Biedronka” - ma wiele promocji na znicze, m.in. 6+6 gratis, czyli 3,50 za znicz niski, 80g; 4+4 gratis, czyli 5 zł za znicz średni, 110 g; 3+3 gratis, czyli 12,50 zł za znicz duży w kształcie serca. Oprócz tego dyskont wprowadził supercenę, czyli taniej przy zakupie wielu sztuk.

„Lidl” wprowadził promocję specjalną - wszystkie rodzaje zniczy 8 w cenie 4.

„Netto” wprowadziło promocję „taniej przy zakupie dwóch”. Biorąc dwa takie same znicze zapłacimy: 5,99 zł za znicz 25 cm, 6,99 zł za znicz 29 cm, 8,99 zł, 13,99 zł lub 19,99 zł za znicz 34 cm (różnią się kształtem), 14,99 zł za znicz 36 cm oraz 19,99 zł za znicz 37 cm w kształcie kuli.

W „Kauflandzie” najtańsze znicze kosztują 7,99 zł. Za średnie i bardziej zdobione zapłacimy 14,99 zł oraz 19,99 zł. Duże znicze to koszt 24,99 zł. Znicz-lampion kosztuje 59,99 zł. ©

cie policji i pomoc w poruszaniu się przy cmentarzu - mówi wiceprezydent Torunia Rafał Pietruch.

A co po 1 listopada? Inwestycja ma potrwać do końca roku.

- Mielśmy spotkanie z wykonawcą, zdyscyplinowaliśmy go w kwestii tempa robót - zapewnia Agnieszka Kobus-Peńsko, rzecznik Miejskiego Zarządu Dróg w Toruniu.

Co dotąd zostało wykonane na Poznańskiej? Na całym odcinku rozebrano starą nawierzchnię. Od strony Szubińskiej zostały ustawione krawężniki i wykonano podbudowę. Na części dla pieszych ułożona jest nawierzchnia z kostki.

Równolegle są wykonywane zatoki autobusowe i usuwane kolizje z infrastrukturą podziemną. Kostka na ciągu pieszym układana jest jeszcze na kilku fragmentach ulicy. Prace obejmują również budowę zjazdów do posesji. ©

Rekord w Toruniu: przechwycono 40 kg narkotyków! Zatrzymany Mariusz K. już miał wyroki za narkobiznes

Małgorzata Oberlan
malgorzata.oberlan@polskapress.pl

Mariusz K. to narkotykowy rekordzista ostatnich czasów w Toruniu, wpadł z 40 kilogramami! Ten człowiek narkobiznes najwyraźniej ma we krwi, choć podobno jest... dobrym ojcem.

14 października 2025 r., Toruń, ulica Poznańska. Funkcjonariusze CBŚP zatrzymują do kontroli samochód marki Dacia. Intuicja ich nie myli. W aucie znajdują 26 worków z marihuaną. Na prawdziwy narko-arsenał trafiają jednak dopiero w domu kierowcy...

W domu Mariusza K. policjanci odkrywają tego samego dnia łącznie ponad 40 kg narkotyków! O niebagatelnej czarnorynkowej wartości - 1,5 mln zł. I to już nie tylko „susz roślinny”, ale twarde narkotyki.

Prokuratura Okręgowa w Toruniu szybko stawia mężczyźnie zarzuty uczestnictwa w obrocie narkotykami i posiadania ich znacznej ilości - i to w warunkach recydywy. Wydaje też



FOT. NADESŁANA CBŚP

Mariusz K. został zatrzymany 14 października br. Policjanci znaleźli narkotyki nie tylko w samochodzie...

komunikat dla mediów, zaznaczając, że sąd zdecydował o jego tymczasowym aresztowaniu.

„Nowościom” udało się dotrzeć do całej historii Mariusza K. z Torunia. Oto nasze ustalenia.

Wieżenie w Francji za przemyt, a potem w Polsce za produkcję

Mariusz K. ma 57 lat i bogatą kartotekę karną. Jak przekazuje nam prok. Izabela Oliver, rzeczniczka Prokuratury Okręgowej

w Toruniu, poprzednio skazany został za narkotykowe przestępstwa we wrześniu 2020 roku.

- Odbił karę 5 lat i 6 miesięcy więzienia. Zakład karny opuścił we wrześniu 2024 roku - przekazuje nam rzeczniczka.

Za co siedział za kratami? Po pierwsze, za produkcję narkotyków, którą prowadził w wynajmowanym mieszkaniu przy ulicy Cichej w Toruniu. W tym lokum na działkach św. Józefa do marca 2019 roku, kiedy to wpadł, wyprodukował przynajmniej 4,5 kg siarczanu amfetaminy. Tyle mu udowodniono. Po drugie - za posiadanie dużej ilości „narko”. A konkretnie: ponad 160 gramów kokainy, około kilograma marihuany oraz ponad 5 tys. mililitrów płynnej amfetaminy.

- Za te przestępstwa oskarżony w Toruniu usłyszał wyrok 6 lat pozbawienia wolności. Po apelacji do Gdańska kara została złagodzona i Mariusz K. ostatecznie skazany został na 5 lat i 6 miesięcy więzienia - mówi „Nowościom” Jarosław Szymczak, asystent rzecznika Sądu Okręgowego w Toruniu.

To nie był jednak pierwszy wyrok i pierwsza odsiadka Mariusza K. Jeszcze wcześniej, jak ustaliliśmy, odbywał karę więzienia za przemyt we Francji.

W sprawie o produkcję narkotyków przy ulicy Cichej bronił mężczyzny toruński adwokat Daniel Kieliszek. Jak się okazuje - teraz znów został jego obrońcą. Dobrze już zna swojego klienta i - jak każdy adwokat - przytacza argumenty na jego korzyść.

- Takiej produkcji jak ta przy ulicy Cichej nikt nie prowadzi samodzielnie. Mariusz K. przebywając w więzieniu we Francji został pobity, trafił do szpitala, był zmuszany do zaangażowania się w przestępczość narkotykową - twierdzi adwokat.

Prawnik podkreśla też, że prywatnie Mariusz K. to dobry ojciec. Zanim trafił na 5,5 roku do polskiego więzienia, samodzielnie zajmował się kilkuletnią wówczas córeczką. Tak zdecydował sąd - matka dziecka była absolutnie niewydolna. Potem jednak mężczyzna poszedł do więzienia i dziewczynka trafiła do pieczy zastępczej.

Ojciec podobno utrzymywał i utrzymuje z nią kontakt, na wolności płacił alimenty. Nie chciał jednak walczyć o zabranie córki do domu - żeby nie komplikować dorastającemu już dziecku życia.

Recydywiscie grozi nawet 18 lat więzienia

Obecnie Mariusz K. jest w areszcie. W prokuraturze na temat 40 kg narkotyków nie powiedział nic. Nie przyznał się do zarzutów i odmówił wyjaśnień.

Jego obrońca przekazuje, że do zarzutów ustosunkuje się wraz ze swoim klientem wtedy, gdy przybiorą ostateczny kształt i znany będzie materiał dowodowy.

Tymczasowe aresztowania adwokat nie zaskarżał. Mówiąc wprost - nie liczył na jego pozytywny skutek. Obecnie Mariuszowi K. za zarzucane mu przestępstwa narkotykowe jako recydywiscie grozi nawet 18 lat więzienia.

- Śledztwo w tej sprawie pozostaje w toku - zaznacza prokurator Izabela Oliver. ©@

MATERIAL INFORMACYJNY TOTALIZATOR SPORTOWY

0011416606

Totalizator Sportowy odważnie stawia na młodych sportowców

Totalizator Sportowy w ubiegłym roku przekazał do Ministerstwa Sportu i Turystyki, a także do Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego łącznie ponad 1,5 mld zł. Dodatkowo podzielił się również swoim zyskiem, aby mocniej wesprzeć sportowców, także tych uprawiających niszowe dyscypliny - powiedział Radosław Kietliński, Doradca Zarządu Totalizatora Sportowego podczas Europejskiego Forum Nowych Idei w Sopocie.

- Dokładnie 19 groszy z każdej złotówki, którą nasi gracze zostawiają w kolekturach czy w internetowym LOTTO na gry liczbowe, trafia na kulturę i sport. To są ogromne kwoty. W zeszłym roku było to ponad 1,5 mld zł, z czego 1,23 mld zł przeznaczono na sport, a 330 mln zł na kulturę - podkreślił Radosław Kietliński.

Dziedzictwo i misja Totalizatora Sportowego
Totalizator Sportowy od 1994 roku przekazał do Ministerstwa Sportu i Turystyki

łącznie ponad 18 mld zł, natomiast do Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego - 3,9 mld zł, licząc od 2003 roku.

- Totalizator Sportowy został powołany 70 lat temu, by po II wojnie światowej odbudowywać infrastrukturę sportową w Polsce. Dziś większość obiektów już istnieje. Dlatego skupiamy się na wsparciu celowym - wspieramy drużyny, całe dyscypliny, ligi, ale również indywidualnych sportowców - zaznaczył Kietliński.

Odpowiedzialność i przywilej wspierania talentów

Radosław Kietliński zwrócił uwagę, że Totalizator Sportowy jako spółka Skarbu Państwa posiada nie tylko szczególną odpowiedzialność, ale i przywilej podejmowania decyzji biznesowych z myślą o długofalowych efektach.

- W wyjątkowych sytuacjach, gdy widzimy szansę na dobre wyniki, szczególnie na medal olimpijski, możemy odejść od sztywnego patrzenia wyłącznie na ekwiwalent medialny czy marketingowy sportowca - dodał.

Odważne decyzje - historia Aleksandry Mirosław

Taką decyzję Totalizator Sportowy podjął w przypadku Aleksandry Mirosław, której zaoferował długoterminowe wsparcie finansowe. - Zaczęliśmy współpracę z Aleksandrą Mirosław, gdy wspinaczka sportowa była w Polsce dyscypliną niezwykle niszową. W zasadzie nikt o niej nie słyszał, brakowało transmisji w telewizji, a sama zawodniczka była szerzej nieznana. Tymczasem menadżerowie i doradcy zewnętrzni przekonali nas, że to właśnie ona ma potencjał na mistrzynię olimpijską. Podjęliśmy ryzyko, wsparliśmy jej treningi. Radość w dniu, w którym zdobyła złoto olimpijskie, była ogromna - wspomina Kietliński.

Nowa strategia sponsoringowo-partnerska

- Przez ostatni rok pracowaliśmy nad nową strategią sponsoringowo-partnerską. Myśleliśmy o niej od dawna. Równolegle pojawiły się wytyczne Ministerstwa Aktywności Państwowych dotyczące dobrych praktyk sponsoringowych. Staramy się zachować równowagę.



Kluczowe jest wspieranie zarówno młodych talentów z szansą na pierwsze sukcesy olimpijskie, jak i doświadczonych zawodników, którzy wciąż mają „głód” medalowy - wyjaśnił Kietliński.

Również dla amatorów i niszowych dyscyplin

Jak dodał, Totalizator Sportowy nie ogranicza się do sportu wyczynowego - wspiera także sport amatorski i popularyzację ruchu fizycznego. - Uważamy, że to bardzo ważne. Aktywizacja sportowa zwykłych ludzi oraz wsparcie lokalnych klubów sprawiają, że więcej osób zaczyna przygodę ze sportem. To idealna droga do zdrowia. Naszym zadaniem jako spółki Skarbu Państwa jest również

wspierać niszowe dyscypliny. Te rzadko otrzymują środki od sponsorów prywatnych, zwłaszcza na wczesnym etapie rozwoju - zaznaczył Kietliński.

Bezpieczeństwo i stabilizacja dla zawodników

Kietliński podkreślił, że jednym z najważniejszych elementów strategii Totalizatora Sportowego jest zapewnienie sportowcom stabilizacji. - Kluczowe jest, aby młodzi sportowcy mieli bezpieczeństwo finansowe i mogli w pełni skupić się na treningach. W naszej strategii stawiamy na współpracę długoterminową, a nie jednorazowe. Zależy nam na projektach korzystnych dla obu stron - zarówno dla To-

talizatora Sportowego, jak i dla samych zawodników - podsumował.

Totalizator Sportowy - silna marka i odpowiedzialny mecenas

Totalizator Sportowy to jedna z największych i najbardziej rozpoznawalnych polskich spółek. Nieprzerwanie od 70 lat oferuje klientom szeroki wybór produktów gamingowych. Spółka jest właścicielem marki LOTTO i zarządza siecią sprzedaży naziemnej obejmującą ponad 28 tysięcy punktów, jednocześnie oferując gry online. Prowadzi również jedyne legalne kasyno internetowe w Polsce oraz sieć salonów gier na automatach poza kasynami gry. Spółka pozostaje jednym z filarów finansowania polskiego sportu i kultury. Od 1994 roku z tytułu dopłat do gier liczbowych i loterii pieniężnych przekazała ponad 22 mld zł na te cele. Totalizator Sportowy prowadzi również mecenat w ramach środków własnych. Odpowiedzialną sprzedaż i przestrzeganie najwyższych standardów potwierdza certyfikat Responsible Gaming przyznany przez European Lotteries i World Lottery Association.

Od osiedlowego koła do pierogarni - podgórzancka spełnia swoje kulinarne marzenia

Katarzyna Kucharczyk
katarzyna.kucharczyk@polskapress.pl

Nowy punkt gastronomiczny w lewobrzeżnej części Torunia „Pierogowa Marta” działa od piątku, 24 października. Prowadzi go Marta Galicz, podgórzancka, społeczniczka.

Marta Galicz, organizatorka wielu inicjatyw na Podgórzu, założycielka Osiedlowego Koła Gospodyń „Podgórzanek”, z gastronomią związana jest od lat.

Gotowanie to jej pasja, a jeśli komuś smakuje, odczuwa niemałą satysfakcję. Oficjalne otwarcie „Pierogowej Marty” odbyło się w piątek, 24 października.

- Postanowiłam stworzyć własny punkt, bo na lewobrzeżu nie ma takiego miejsca, a docierały do mnie głosy, że by się przydało - mówi Marta Galicz. - Do otworzenia zmotywowała mnie ludzie, zarówno rodzina, jak i ci, którzy mieli okazję spróbować już wcześniej moich wyrobów.



Marta Galicz z pierogami własnej produkcji

Pierwszego dnia klienci mogli zakupić pierogi ruskie, piekielne, czyli na ostro z wołowiną, papryką konserwową, korniszonami i cebulą, chłopskie - z szarpaną wieprzowiną, zagrodowe - z pieczonym kurczakiem, serem i pieczarkami, łukowe - ze szpinakiem i serem feta oraz semikowe z twarogiem na słodko i skórką pomarańczową.

- Na kilogram składa się od 14 do 20 pierogów. Wiele zależy od farszu. Robię bardzo grube i bogate, ale wiadomo, że na przykład te ze szpinakiem

czy z kapustą i grzybami będą bardziej płaskie, żeby nic nie wypłynęło - mówi Marta Galicz.

Do końca października „Pierogowa Marta” czynna będzie codziennie. Od listopada lokal działać będzie nieco inaczej. Na każdy miesiąc będzie rozpiska ze smakami pierogów.

- Muszę mieć czas na wykonanie pierogów. Może zdarzyć się tak, że na przykład nie dojedzie mięso i nie zdążę wykonać danego smaku. A właśnie najdłużej robi się farsze - mówi podgórzancka. ©

AUTOREKLAMA

0511368920

3. BIEG DLA JAJ

ZAPISY TYLKO DO 7 LISTOPADA

BIEG GŁÓWNY (18+) 5 km - ostatnie wolne miejsca

BIEGI DLA DZIECI (6-12 LAT) 400 i 800 m - ostatnie wolne miejsca

MARSZOBIEG (13+) 2,5 km - wyprzedany

ZAPISZ SIĘ NA [NOWOSCI.COM.PL/BIEGDLAJAJ](https://nowosci.com.pl/biegdlajaj)

9 X 1

2025

BYDGOSZCZ

BCTW/Ogród Botaniczny
w Myślecinku

NISKIE WPISOWE

ORGANIZATOR



SPONSOR STRATEGICZNY



PARTNER STRATEGICZNY



PARTNER BIURA ZAWODÓW



PARTNER GŁÓWNY



PATRONAT HONOROWY



PARTNERZY



PARTNERZY MERYTORYCZNI



PATRONAT MEDIALNY



TV TORUŃ

PONIEDZIAŁEK, 27 PAŹDZIERNIKA

10.00 Magazyn Kujawsko-Pomorski
10.20 Potencjał Gospodarczy Województwa (16)
10.25 Europa w kieszonkach
10.35 Entr'acte (3)
11.30 Magazyn samorządowy (5)
11.50 80 lat Zespołu Szkół Inżynierii Środowiska
12.00 Powtórka programu
14.00 Oferty TV Toruń
15.00 Hokej: KH Energa Toruń - GKS Katowice
17.00 Ludzie Nauki z Kujaw i Pomorza - Kurt Lewin
17.30 Trójkąt dydaktyczny w Bierzgowie
17.45 Aktualności Toruńskie
18.05 Pogoda dla Torunia
18.10 Rozmowa dnia
18.25 Serwis sportowy
18.30 Entr'acte (3)
19.25 Magazyn samorządowy (5)
19.45 Europa w kieszonkach
20.00 Aktualności Toruńskie
20.20 Pogoda dla Torunia
20.25 Rozmowa dnia
20.40 Serwis sportowy
20.45 Ludzie Nauki z Kujaw i Pomorza - Kurt Lewin
21.15 Magazyn Kujawsko-Pomorski
21.35 Potencjał Gospodarczy Województwa (16)
21.45 Aktualności Toruńskie
22.05 Pogoda dla Torunia
22.10 Rozmowa dnia
22.35 Serwis sportowy
22.40 Hokej: KH Energa Toruń - JKH GKS Jastrzębie



Rzeczy Smaczne promocją potencjału naszego regionu

W okolicznościach złotej polskiej jesieni w Muzeum Etnograficznym zaprezentowano kulinarne dziedzictwo Kujaw i Pomorza. Po raz pierwszy odbyły się tam Targi Rzeczy Smacznych. Odwiedzający mogli poznać lokalnych producentów i spróbować regionalnych specjałów. Na stoiskach znajdowały się sery, miody, przetwory, domowe wypieki oraz wyroby z naszej kujawsko-pomorskiej gęsiny, którą hoduje coraz więcej osób.

Targi odbyły się dzięki dofinansowaniu ze środków unijnych w projekcie „Kujawy+Pomorze - promocja potencjału gospodarczego regionu - edycja III”. Więcej na ten temat w kolejnym odcinku cyklu „Potencjał Gospodarczy Województwa” dziś w TV Toruń o godz. 10:20 i 21:35. **Program TV Toruń dostępny jest w sieciach kablowych TVK Toruń, Multimedia Polska, Vectra Toruń oraz na stronie tvtorun.pl.**

INFORMATOR

WAŻNE TELEFONY

Policja **997 lub 112**
Straż Pożarna **998 lub 112**
Pogotowie Ratunkowe **999 lub 112**
Straż Miejska **986**
Pogotowie Energetyczne **991**
Pogotowie Wod.-Kan. **994**

SZPITALY

Wojewódzki Szpital Zespolony im. L. Rydygiera w Toruniu:
Szpital Wielospecjalistyczny, ul. św. Józefa 53
- Szpitalny Oddział Ratunkowy, tel. 56 679 51 12;
- rejestracja punktu przyjęć planowanych, tel. 56 679 31 28;
- izba przyjęć położnicza, tel. 56 679 31 35;
- izba przyjęć zakaźna, tel. 56 679 55 47;
- izba przyjęć psychiatryczna, tel. 56 679 57 44;
Szpital Specjalistyczny dla Dzieci i Dorosłych, ul. Konstytucji 3 Maja 42
- izba przyjęć, tel. 56 679 45 85
- nocna i świąteczna opieka zdrowotna, rejestracja, tel. 56 679 40 40

Specjalistyczny Szpital Miejski im. M. Kopernika
ul. Batorego 17, tel. 56 610 02 09

Specjalistyczny Szpital Matopiat,
ul. Storczykowa 8, tel. 56 659 48 00

Stacja Pogotowia Ratunkowego,
ul. Grudziądzka 47, tel. 56 566 623 35 48

POLICJA

Komenda Miejska Policji,
ul. Grudziądzka 17, tel. 47 754 28 11
Komisariat Toruń-Śródmieście,
ul. PKC 2, tel. 47 754 24 52
Komisariat Toruń-Rubinkowo,
ul. Dziewulskiego 1, tel. 47 754 25 71
Komisariat Toruń-Podgórz,
ul. Poznańska 127, tel. 47 754 24 71

NA SCENIE

Teatr im. Wilama Horzycy,
pl. Teatralny
wtorek, 28 października
The New Electric Ballroom, godz. 19:00 (Foyer II piętra)
środa, 29 października
The New Electric Ballroom, godz. 19:00 (Foyer II piętra)
Dropie, godz. 19:00 (Scena na zapleczu)
czwartek, 30 października
The New Electric Ballroom, godz. 19:00 (Foyer II piętra)
Dropie, godz. 19:00 (Scena na zapleczu)
piątek, 31 października
The New Electric Ballroom, godz. 19:00 (Foyer II piętra)
Dropie, godz. 19:00 (Scena na zapleczu)

Kujawsko-Pomorski Teatr Muzyczny,
ul. Żeglarska
czwartek, 30 października
Jazz w Pałacu: Sławek Pezda Quartet, godz. 19:00

Teatr Baj Pomorski, ul. Piemikarska
wtorek, 28 października
Pinokio, godz. 9:30
środa, 29 października
Pinokio, godz. 9:30
czwartek, 30 października
Pinokio, godz. 9:30

CKK Jordanki, al. Solidarności
piątek, 31 października
Mrok i światło, koncert muzyki filmowej
Toruńskiej Orkiestry Symfonicznej, godz. 19:00

CK Dwór Artusa, Rynek Staromiejski
poniedziałek, 27 października
Zakładki w barwach jesieni, warsztaty w Bibliotece Społecznej, godz. 17:30 (Dom Muz Podgórza)
czwartek, 30 października
Artus Festival 2025, Namena Lala, koncert w ciemności, godz. 19:00

INFORMACJE

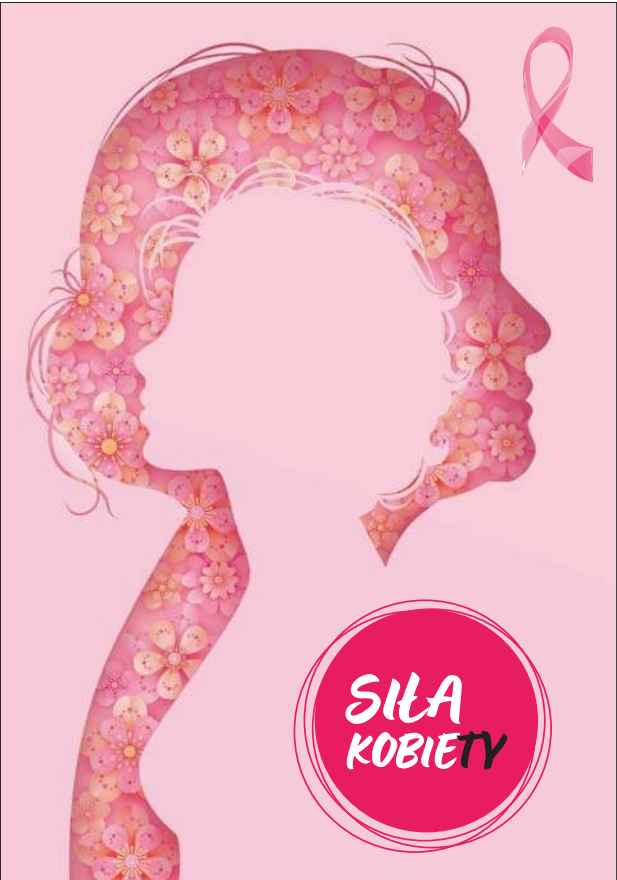
Ośrodek Informacji Turystycznej w Toruniu, ul. Szeroka 43,
tel. 56 621 09 31, visittorun.com

INTERWENCJE

Schronisko dla Bezdomnych Zwierząt, ul. Przybyszewskiego 3, tel. 56 622 48 87,
telefon interwencyjny: 666 683 377

REKLAMA

0111407065



ZOBACZ NOWĄ ODSŁONĘ
akcji Siła KobieTY
- projektu artystyczno-społecznego,
zwracającego uwagę
na profilaktykę
chorób nowotworowych.

Poznaj 12 silnych kobiet,
zobacz wyjątkowe zdjęcia,
dowiedz się,
jak dbać o zdrowie.

SPRAWDŹ TAKŻE
INTERNETOWĄ GALERIĘ
NA STRONIE



nowosci.com.pl/silakobiety/re

TERMINY WYSTAW

TORUŃ — CAŁY PAŹDZIERNIK!
Urząd Marszałkowski
Województwa Kujawsko-Pomorskiego
w Toruniu

BYDGOSZCZ — 4-12 października
Focus Bydgoszcz

GRUDZIĄDZ — 13-19 października
Galeria Grudziądzka

INOWROCŁAW — CAŁY PAŹDZIERNIK!
Galeria Solna

TORUŃ — 1-9 października
Galeria Copernicus

WŁOCŁAWEK — 20-26 października
Wzorcownia Włocławek

ORGANIZATOR



WSPÓŁPRACA



PATRONAT HONOROWY



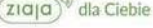
PARTNER STRATEGICZNY



PARTNERZY LOKALIZACYJNI



PARTNERZY



PARTNER MERYTORYCZNY



KRÓTKO

PUSZCZA BIAŁOWIESKA

Dlaczego umierają jastrzębie?

Naukowcy z Uniwersytetu w Białymstoku w ramach badań ptaków drapieżnych w Puszczy Białowieskiej oznaczyli nadajnikami GPS ponad czterdzieści jastrzębi i myszolewów. Obserwacje biologów wskazują na wysoką śmiertelność jastrzębi, co może być przyczyną zmniejszającej się ich liczebności w Polsce.

Prowadzący badania dr Paweł Mirski zwrócił uwagę na kilkukrotnie wyższą śmiertelność jastrzębi. - Liczebność jastrzębia w Polsce

spada, a wysoka śmiertelność może być jednym z głównych powodów - podkreślił biolog.

Naukowiec wskazał, że analiza przyczyn śmierci drapieżnych ptaków wykazała wyraźny wpływ działalności człowieka.

Pierwsze wyniki badań były prezentowane na kongresie w San Jose (Kostaryka). W najbliższych miesiącach - jak zapowiadają naukowcy - powstaną publikacje omawiające szerzej wyniki projektu. PAP

LESZNO

Jesienią wszędzie królują dynie



W sobotnie popołudnie na starówce w Lesznie odbył się Dzień Dyni. Przygotowano atrakcje dla najmłodszych. Można było skosztować także dyniowych specjałów. Dynia jest bogata w witaminy oraz minerały, a także błonnik oraz potas. Polska od 2020 r. jest największym producentem dyni w Europie.

ZAKOPANE

Tragedia w Tatrach Wysokich

W sobotę odnaleziono ciało turysty z Węgier, który dzień wcześniej został porwany przez wezbrany potok w słowackich Tatrach Wysokich. W akcji ratowniczej i poszukiwawczej uczestniczyli również ratownicy TOPR z Zakopanego - poinformowała Horska Zachranna Służba (HZS).

Mężczyzna próbował sforsować wezbrany po intensywnych

opadach potok Mała Zimna Woda wypływający z Wielkiego Stawu Spiskiego. Jak relacjonują ratownicy HZS, 41-latek poślizgnął się i wpadł do wody, po czym porwany przez silny nurt zniknął pod jej powierzchnią.

Po piątkowych opadach śniegu w Tatrach ogłoszono pierwszy stopień zagrożenia lawinowego. PAP

WARSZAWA

1 listopada, dzień Wszystkich Świętych, przypada w tym roku w sobotę. Pracownicy, dla których sobota jest dniem wolnym od pracy, muszą dostać dodatkowy dzień wolny. Jego termin ustali pracodawca - przypomniał Główny Inspektor Pracy Marcin Stanecki. - To pracodawca decyduje, kiedy udzieli dnia wolnego od pracy. Może zgodzić się na nasz wniosek, ale nie jest do tego zobowiązany - dodał. PAP



Jeśli Polacy mają wolność, to są gotowi i zdolni do robienia rzeczy wielkich

Premier Donald Tusk na konwencji KO

Dwie konwencje partyjne, dwie różne wizje Polski

Dorota Kowalska
Warszawa

W piątek i sobotę odbyła się w Katowicach dwudniowa konwencja PiS. Z kolei na sobotniej konwencji w Warszawie ogłoszono powstanie partii pod nazwą Koalicja Obywatelska.

To koniec Platformy Obywatelskiej, początek Koalicji Obywatelskiej. - Dzisiaj jednoczymy się, ponieważ rozumiemy, że tu nie chodzi tylko o walkę o władzę, o przyszłe wybory. Nie, tu chodzi o absolutnie fundamentalne rzeczy: o to, czy Polska będzie państwem suwerennym i czy Polacy utrzymają wolność uzyskaną w 1989 r. wbrew zagrożeniom, wbrew manipulacjom i naciskom od wewnątrz i z zewnątrz - powiedział premier Donald Tusk, otwierając konwencję Platformy Obywatelskiej.

O zjednoczeniu Nowoczesnej, Inicjatywy Polskiej i PO mówiło się od jakiegoś już czasu, ale też od kilku lat te trzy ugrupowania wystawiały wspólne listy wyborcze, chodziło więc bardziej o formalność. Ostatecznie „zielone światło” w kwestii połączenia miał dać zarząd partii Donalda Tuska w ubiegłym tygodniu.

W sobotę Donald Tusk w pewnym momencie stwierdził, że „chcę powiedzieć kilka słów prawdy”.

- Widzę dziś tutaj nasze koleżanki poseł Filiki, europosel



FOT. ADAM JANKOWSKI

- Polska będzie bezpieczna, jeśli my będziemy rządzić i wygrywać z tymi, którzy chcą to zrujnować - mówił Tusk

Adamowicz. Wiecie, co czuję, gdy mówię: „mówmy prawdę”. Nie chcemy, by znowu wróciła fala pogardy i nienawiści - zauważył szef rządu.

- My, jako pierwsi po wielu latach w 2023 roku, postanowiliśmy nazywać rzeczy po imieniu. Udało nam się zjednoczyć wielu ludzi. Ci, którzy stają po stronie dobra, nie muszą być bezsilni. Wszyscy znamy i kochamy słowa naszego papieża „zło dobrem zwyciężaj”, ale polityka to nie romantyczny idealizm. Dobro zwycięża zło, ale musi być silne - kontynuował Donald Tusk.

I przekonywał, że gdyby PiS wrócił do władzy, to „fortyfikacje, setki kamer, tysiące żołnierzy i funkcjonariuszy straży granicznej chcieliby postawić na granicy Polski z resztą Europy. Na zachodzie, a nie na wschodzie”.

- Każdy ma czasem tę pokusę, żeby powiedzieć: „co ten Kaczyński chrzani, co się staruszkowi pomyliło”, bo on widzi we Francji głównego wroga. Ktoś by mógł pomyśleć, że coś nie gra. Ale to nie o to chodzi. Zło ma dzisiaj wymiar geopolityczny. Trudno niektórym przyjąć do wiadomości, że tu się toczy

gra bardzo serio. Nie na złośliwości, tylko czy Polska obroni swoją suwerenność i drogę do dobrobytu, którą idzie od ponad 30 lat - mówi premier.

Tusk podkreślił, że bezpieczeństwo naszego kraju budowane jest dziś z państwami bałtyckimi dzięki Tarczy Wschód.

- Polska będzie tak długo bezpieczna, jeśli my będziemy rządzić i wygrywać z tymi, którzy chcą to zrujnować. To, co powiedział Kaczyński i jego akolici, świadczy o tym, że proponują tam kompletną samotność, zimną wojnę z zachodnimi sąsiadami. Nie zlekceważmy tego - powiedział.

Ale też w miniony weekend swoją dwudniową konwencję w Katowicach miało Prawo i Sprawiedliwość.

Spotkanie PiS pod hasłem „Myśląc Polska” miało pokazać, w którą stronę pójdzie Polska po wygranych wyborach przez partię Jarosława Kaczyńskiego. - Ta konferencja programowa rozpoczyna naszą drogę: długą drogę, która powinna zakończyć się finałem w postaci kolejnego już poważnego programu PiS, programu dla Polski. To jest zadanie dziś szczególnie trudne, ponieważ mamy w tym momencie generalny kryzys naszego państwa - wyliczał Kaczyński.

Zarówno przed Koalicją Obywatelską jak i opozycją dwa bardzo ważne lata, więc każda ze stron mobilizuje swoich działaczy i elektorat. PAP

Trzy osoby nie zostaną deportowane z Polski po skandalu na koncercie białoruskiego rapera

Mateusz Bagiński
Warszawa

Po zamieszkach podczas koncertu na Stadionie Narodowym w Warszawie trzech cudzoziemcy nie zostaną na razie deportowani. Złożyli wnioski o ochronę międzynarodową w Polsce.

Do zamieszek doszło 9 sierpnia podczas koncertu białoruskiego rapera Maksa Korzha na Stadionie Narodowym w Warszawie.

Impreza zakończyła się interwencją służb porządkowych. Zatrzymano łącznie 109 osób po tym, jak część uczestników zaczęła przeszkadzać przez bariery, odpalać race i wdawać się w bójki z ochroną.

W wyniku tych wydarzeń premier Donald Tusk zapowiedział, że Polska wywali z kraju 63 cudzoziemców uczestniczących w burdach - 57 obywateli Ukrainy i sześciu obywateli Białorusi.

Jak poinformowała Straż Graniczna, wobec trzech zatrzyma-

nych - dwóch obywateli Ukrainy i jednego obywatela Białorusi - procedura deportacyjna została zawieszona. Złożyli oni wnioski o udzielenie ochrony międzynarodowej w Polsce. - Z uwagi na złożony przez nich wniosek o udzielenie ochrony międzynarodowej postępowanie o zobowiązanie do powrotu zostało w związku z tym zawieszone - poinformował w rozmowie z nami rzecznik Komendy Głównej Straży Granicznej, podpułkownik Andrzej Juźwiak.

Łącznie 27 cudzoziemców opuściło Polskę: 14 osób zobowiązano do przymusowego powrotu (12 obywateli Ukrainy i 2 obywateli Białorusi), 13 wyjechało dobrowolnie.

Wobec 33 cudzoziemców (32 Ukraińców i jednego Białorusina) dokonano wpisów do wykazu osób niepożądanych na terytorium RP oraz do Systemu Informacyjnego Schengen (SIS) - co oznacza zakaz wjazdu do Polski i innych krajów strefy Schengen.

Dwaj mężczyźni zatrzymani w związku z kradzieżą klejnotów w Luwrze

Karolina Wrońska
Paryż

W związku z kradzieżą klejnotów w Luwrze zatrzymani zostali w sobotę dwaj mężczyźni. Są oni podejrzani o to, że należeli do grupy, która dokonała włamania 19 października.

Francuski dziennik „Le Parisien” podał, że mężczyźni są oni podejrzani o to, że należeli do grupy, która dokonała włamania 19 października. Jednego z mężczyzn zatrzymano na lotnisku Charles de Gaulle.

Mężczyzna ten przygotowywał się do opuszczenia Francji i prawdopodobnie miał udać się do Algierii. Po jego zatrzymaniu ujęto drugiego podejrzanego.

Obaj mężczyźni, w wieku około 30 lat, pochodzą z departamentu Sekwana-Saint-Denis w północno-wschodniej części aglomeracji paryskiej. Są znani policji z powodu poprzednich włamań i uważani za doświadczonych sprawców takich czynów. Według organów ścigania mogli działać na zlecenie.

Wciąż trwa śledztwo, którego celem jest wykrycie współników i całej siatki przestępczej stojącej za rabunkiem, jednak – jak podkreśla „Le Parisien” – aresztowania oznaczają, że dochodzenie przyspieszyło.

Dwóch podejrzanych przewieziono do aresztu podlegającego brygadzie ds. walki z bandytyzmem (BRB) na północnym zachodzie Paryża. Mogą tam pozostać przez 96 godzin. PAP

Rodzina królewska odcina się od księcia Andrzeja

Kazimierz Sikorski
Londyn

Brytyjska rodzina królewska usunęła z Zamku Windsor sztandar zhańbionego księcia Andrzeja z jego herbem.

Flaga byłego księcia Yorku była wystawiona obok flagi Wilhelma w kaplicy św. Jerzego. Po raz pierwszy została podniesiona w 2006, kiedy Andrzej został kawalerem Orderu Podwiązki, orderu rycerskiego założonego w XIV wieku.

Usunięcie sztandaru ma miejsce zazwyczaj w przypadku zdrady stanu lub wystąpienia przeciwko Koronie.

Księżę zrzekł się orderu wraz z tytułem księcia Yorku kilka dni temu pod narastającą presją związaną z jego powiązaniami ze skazanym pedofilem Jeffreyem Epsteinem.

Wszystko to pojawia się po tym, jak Downing Street ogłosiło, że parlamentarzyści nie będą mieli czasu w Izbie Gmin na dyskusję o zachowaniu księcia Andrzeja, bo rodzina królewska chce, aby parlament skupił się na „ważnych kwestiach”.

Izba Gmin mogłaby poruszyć temat przyjaźni Andrzeja z pedofilem Jeffreyem Epsteinem tylko w przypadku formalnego wniosku, ale rząd kontroluje większość czasu parlamentarnego.

Rewelacje zawarte w pośmiertnych wspomnieniach Virginii Giuffrè, oskarżycielki Andrzeja o napaść seksualną, wywierają coraz większą presję na brata króla.

Rodzina królewska widziałaby skompromitowanego księcia Andrzeja na dobrowolnym wygnaniu.

Handel i wojna w Ukrainie. Trump spotka się z Xi

Oprac. Karolina Wrońska
Kuala Lumpur

Donald Trump w tym tygodniu spotka się z przewodniczącym ChRL Xi Jinpingem, licząc na porozumienie handlowe i pomoc w zakończeniu wojny w Ukrainie.

Donald Trump wyruszył z Białego Domu w piątek w nocy w swoją pierwszą w tej kadencji podróż do Azji Wschodniej i Południowo-Wschodniej. Podczas sześciodniowego tournée odwiedził już Malesję, Japonię i Koreę Południową. Na koniec, w czwartek, 30 października, spotka się w koreańskim Pusan z przewodniczącym Chińskiej Republiki Ludowej Xi Jinpingem. Będzie to ich pierwsza bezpośrednia rozmowa podczas drugiej kadencji Trumpa.

Podczas wizyty amerykańskiego prezydenta w Kuala Lumpur, stolicy Malesji, premierzy Kambodży i Tajlandii, Hun Manet i Anutin Charnvirakul, podpisali „porozumienie pokojowe” w obecności prezydenta USA Donalda Trumpa. Porozumienie ma na celu zakończenie konfliktu granicznego, który eskalował w lipcu. W wyniku pięciodniowych starć zbrojnych zginęło wówczas co najmniej 48 osób, a setki tysięcy musiało opuścić swoje domy.

Trump przypisuje sobie kluczową rolę w zażegnaniu kryzysu.

– To ekscytujące, ponieważ zrobiliśmy coś, co wielu ludzi uważało za niemożliwe – powiedział Trump podczas ceremonii. W charakterystycznym dla siebie stylu dodał, że media cje tego pasja. – Uwielbiam to



Donald Trump przypisuje sobie kluczową rolę w zażegnaniu kryzysu między Tajlandią i Kambodżą, który wybuchł w lipcu tego roku

robić. (...) To coś, w czym jestem dobry – oznajmił.

W poniedziałek Trump odwiedzi z kolei Tokio, gdzie spotka się z nową premier Japonii Sanae Takaichi oraz zostanie przyjęty przez cesarza Naruhito. Stamtąd we wtorek uda się do Pusan w Korei Południowej, gdzie wygłosi przemówienie do liderów biznesu, spotka się z amerykańskimi żołnierzami oraz z koreańskim prezydentem Li Dze Mjungiem. W ostatnim dniu podróży, w czwartek rano czasu lokal-

nego, prezydent USA ma spotkać się z przywódcą Chin.

Urzednicy Białego Domu zapowiedzieli, że oprócz próby doprowadzenia do porozumienia handlowego, Trump poruszy też temat wojny w Ukrainie

Prezydent Donald Trump w Kuala Lumpur: Mediacje to moja pasja. Uwielbiam to robić. To coś, w czym jestem dobry

i chińskich zakupów rosyjskiej ropy naftowej. Sam prezydent mówił w środę, że Xi może mieć duży wpływ na postawę Władimira Putina.

W czwartek Trump zapowiedział też, że wśród najważniejszych tematów ma znaleźć się kwestia przemytu fentanylu i środków chemicznych do jego wytwarzania. Według amerykańskiego przywódcy Chin eksportują narkotyk do Wenezueli, skąd jest transportowany do USA. PAP

REKLAMA

0211406104

SEZON

2025 — 2026

Teatr Horzycy

Natalka Suszczyńska / reż. Marcin Liber

Dropie

29 października

godz. 19:00

30 października

godz. 19:00

31 października

godz. 19:00

TEATR IM. WILAMA HORZYCY

PLAC TEATRALNY 1

87-100 TORUŃ

www.teatr.torun.pl

rezerwacja biletów:

kasa biletowa 56 622 30 70

biuro obsługi widzów

56 622 55 97, 56 654 90 74

Czasy, gdy Wiśniewski rozrzucił pieniądze na prawo i lewo, dawno minęły

Michał Wiśniewski w Pomponiku Fot. Katarzyna Baksalary



Z ŻYCIA GWIAZD

Agata Rubik dba o strój córki
Celebrytka wrzuciła do internetu zdjęcie swojej 16-letniej córki w czarnym topie z dużym dekoltem i krótkiej spódnicy. „To akurat strój festiwalowy, większość dziewczyn i kobiet była w samym bikini. Już to kiedyś pisałam, że do kościoła czy szkoły tak nie chodzi” – podpisała fotografię.

Marina Łuczenko-Szczesna nie dała mężowi odpocząć
W najnowszym wywiadzie dla „Vivy” piosenkarka zdradziła, że to ona przekonała swego męża, aby po zakończeniu współpracy z Juventusem dołączył do FC Barcelona. – Wiem, że Wojtek był zmęczony i chciał odpocząć, ale uważałam, że to nie był jego czas na emeryturę – wyznała.

Doda pracuje nad swoim temperamentem
Kiedy piosenkarka udzielała wywiadu serwisowi Jastrząb Post podczas gali Kobieta Roku Glamour 2025, doszło do małej awantury. Kilukrotnie zakłócanie rozmowy przez gości eventu wyraźnie wytrąciło artystkę z równowagi. – To niewiarygodne. Ku*wa, unbelievable. Szkol. Po co oni przychodzą na takie imprezy, skoro nie znają podstawowych zasad savoir-vivre’u, zachowania się na galach? To brak szacunku – powiedziała. Na koniec stwierdziła: Ja pracuję nad swoim temperamentem. Zrobiłam ogromny progres.



W TELEWIZJI



Zajazd. Będzie się działo Stopklatka, 18:55
Tomasz i Wioletta oraz ich wchodzące w dorosłość dzieci, Dominika i Patryk, wspólnie prowadzą rodzinny zajazd. To nie tylko hotel – to centrum życia lokalnej społeczności. Krzyżują się tu losy jego właścicieli, gości oraz okolicznych mieszkańców, odślanając barwną mozaikę ludzkich historii. Emisje codziennie o 18:55.

Człowiek: historia ewolucji BBC Earth, 19:45
Podróż w czasie przez historię ludzkiego gatunku. Jak homo sapiens zdominowali świat i jak do tego doszło? W oparciu o najnowsze sekwencjonowanie DNA, dowody z wykopalisk oraz dane uzyskane przy wykorzystaniu najnowocześniejszych narzędzi twórcy programu składają w całość niezwykłą historię człowieka.

To: Witajcie w Derry HBO, 20:00
Akcja osadzona w roku 1962, w miasteczku Derry w stanie Maine, śledzi losy grupy przyjaciół, odślanając początki tajemniczego bytu, który przybiera swoją przerażającą postać – morderczego klauna Pennywise.

Nazywano ich wikingami Planete+ HD, 23:00
Wikingowie stali się ważnymi postaciami kultury masowej, bohaterami niezliczonych książek, filmów i seriali, w których przedstawiani są jako okrutni wojownicy. Czy poza napadaniem na sąsiadów nie mieli innych zajęć?

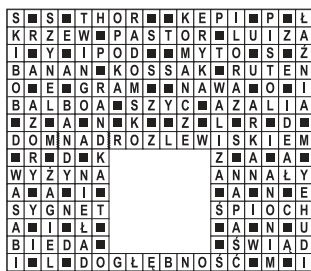
KRZYŻÓWKA NR 165

- Poziomo:**
3) Winnetou to ... Apaczów,
6) ludowy zwyczaj witania wiosny,
11) sznurki do wiązania,
12) podstawowa jednostka kąta płaskiego,
13) krępowały kończyny aresztanta,
14) pszczoła lub szerszeń,
15) system rozgrywek piłkarskich,
16) domena Rogera Federera i Sereny Williams,
17) zwrotka żartobliwej piosenki,
18) moda naszych dziadków,
19) siarkowy lub chlebowy,
21) dawne porwanie panny,
23) świąteczny dzień w judo-izmie,
26) buduje piec kaflowy,
27) liche utwór poetycki,
30) miasto nad Wartą u ujścia Kłodawki,
31) prawy dopływ Czarnej Nidy,
34) napój bogów na Olimpie,
38) brytyjska stolica nad Tamizą,
39) osesek w stadninie koni,
40) córka Tantala zamieniona w skałę,
41) warzywa w zalewie octowej,
42) sztuka pięknego pisania.
- Pionowo:**
1) stan prawny instytucji,
2) w parze z Hercegowiną,
3) olimpijska lub dziecięca,
4) „Wielka ... w chińskiej dzielnicy”, film akcji,
5) katolickie święto poświęcone zmarłym,
6) więzień przy wiosłach,



- 7) imię Lipnickiej, polskiej piosenkarki,
8) 1/4 meczu koszykówki,
9) dzielność wykazana w walce,
10) sposób wystawiania się,
20) rodzaj spinki do włosów,
22) składnik ropy naftowej,
24) „... dezerterów”, komedia filmowa,
25) gwarny plac targowy,
28) owad żerujący w mące,
- 29) stała opłata urzędowa,
31) regulator chodu zegarka,
32) dowcipne słowo, zręczny zwrot,
33) stan obfitości, luksus,
35) kontynent leżący na półkuli północnej,
36) sproszkowany tytoń do kichania,
37) mech porastający skały i pnie drzew.

ROZWIĄZANIE NR 164



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Energia będzie Cię dzisiaj wręcz rozpierać. Horoskop dzienny radzi działać odważnie, ale słuchać również intuicji i unikać pośpiechu.
Ryby (19.02 - 20.03)
Czas zadbać o siebie. Odetchnij, odpocznij, zrób coś miłego. Horoskop na dziś mówi, że Twój organizm potrzebuje równowagi.
Baran (21.03 - 19.04)
Spotkasz kogoś, kto zmieni Twój sposób myślenia. Rozmowy będą miały moc. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi słuchać uważnie.

Byk (20.04 - 20.05)
Dom i rodzina będą dziś najważniejsze. Horoskop dzienny wyraźnie zapowiada, że ciepło, bliskość i wspólne chwile przyniosą spokój.
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Zabłyśniesz, gdziekolwiek się pojawisz. Zaufaj sobie. Horoskop na dziś wróży, że Twoja pewność siebie stworzy wiele nowych drzwi.
Rak (22.06 - 22.07)
Drobne zmiany w rutynie przyniosą wielkie efekty. Nie bój się improwizować. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że da to dobre efekty.

Lew (23.07 - 22.08)
Równowaga między sercem a rozumem będzie kluczem do sukcesu. Horoskop dzienny to wskazówka, by zadbać o relacje oraz harmonię.
Panna (23.08 - 22.09)
Emocje będą silne, ale nie uciekaj od nich. Horoskop na dziś mówi, że to, co zrozumiesz, odmieni podejmowane przez Ciebie decyzje.
Waga (23.09 - 22.10)
Czeka Cię przygoda lub nowe wyzwanie. Zrób pierwszy krok. Horoskop dzienny na poniedziałek wróży, że los sprzyja odważnym.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Cierpliwość popłaci. Choć droga długa, horoskop dzienny zapowiada, że każdy wysiłek dziś przybliży Cię do upragnionego celu.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Twoje pomysły będą powszechnie akceptowane. Nie bój się mówić, co myślisz. Horoskop na dziś wróży, że inni czekają na inspirację.
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Intuicja Cię nie zawiedzie. Wsłuchaj się w sny i znaki. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że część z nich zainspiruje Cię do działania.

WOKÓŁ TORUNIA

KRÓTKO

ZBIÓRKA KRWI WCIAŻ TRWA

We wrześniu zakończyła się akcja „Powiat Dobrych Ludzi - Oddaj Krew”, podczas której 604 osoby oddały 270 litrów krwi.

Akcja zakończona, ale zbiórka krwi trwa. Gminni koordynatorzy zbiórek krwi organizują kolejne wizyty wyjazdowego zespołu Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa na terenie powiatu toruńskiego.

Najbliższe zbiórki odbędą się: 6 listopada od godz. 10 do 16 na Rynku w Chełmży,

9 listopada od 10 do 14 w świetlicy wiejskiej w Wyrębówcach (gm. Łysomice), 23 listopada w Sali Elema w Małej Nieszawce (gm. Wielka Nieszawka), 4 grudnia od 10 do 16 na Rynku w Chełmży i 13 grudnia od 9 do 14 w remizie OSP Czernikowo. Ponadto klub HDK ze Złejwsi Wielkiej zaprasza 7 grudnia na jubileuszowy X Mikołajkowy Dzień Dawcy Szpiku połączony z poborem krwi w Szkole Podstawowej w Złejwsi Wielkiej.

GINIA PRZYJAZNA ROWERZYSTOM!

Gmina Łysomice po raz drugi została wyróżniona w ogólnopolskim konkursie „Gmina Przyjazna Rowerzystom”, organizowanym przez Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze.

Konkurs organizowany przez PTTK ma na celu promowanie gmin, które aktywnie wspierają turystykę rowerową i rozwój infrastruktury rowerowej. Wyróżnienia przyznawane są gminom, które inwestują w bezpieczne i atrakcyjne trasy, promują jazdę na rowerze, organizują wydarzenia dla mieszkańców i turystów oraz dbają o edukację w zakresie bezpiecznego poruszania się na dwóch kółkach. ©© KL

Konkurs organizowany przez PTTK ma na celu promowanie gmin, które aktywnie wspierają turystykę rowerową i rozwój infrastruktury rowerowej. Wyróżnienia przyznawane są gminom, które inwestują w bezpieczne i atrakcyjne trasy, promują jazdę na rowerze, organizują wydarzenia dla mieszkańców i turystów oraz dbają o edukację w zakresie bezpiecznego poruszania się na dwóch kółkach. ©© KL

O HEJCIE I PRAWIE Z UCZNIAMI Z ŁYSOMIC

Krzysztof Lietz
krzysztof.lietz@polskapress.pl

W październiku trwa ogólnopolska akcja edukacyjna „Adwokaci rozjaśniają prawo”. To już jej IV odsłona. Tegoroczny temat przewodni to: „Prawo vs. hejt. Szkoła wolna od hejtu”.

Akcja adresowana jest do uczniów klas VII-VIII szkół podstawowych oraz uczniów szkół ponadpodstawowych. Prawnicy odwiedzają również szkoły w naszym powiecie.

W ubiegłym tygodniu odbyło się spotkanie w Szkole Podstawowej w Łysomicach. Mec. Joanna Partyka poprowadziła zajęcia z uczniami klas VII i VIII.

- Podczas zajęć porozmawiamy z uczniami o tym, czym jest hejt w internecie i w życiu codziennym, jakie są jego konsekwencje prawne oraz jak skutecznie reagować, gdy stajemy się jego świadkami lub ofiarami - wyjaśniła nam przed spotkaniem mec. Joanna Partyka.

Jak reagować?

Podczas dwóch godzin lekcyjnych, po jednej z klasami VII

i VIII, mec. Partyka wyjaśniała m. in., czym różni się krytyka od hejtu, czy hejt w sieci niesie takie same konsekwencje jak w świecie realnym, jak prawo chroni uczniów przed mową nienawiści, kiedy słowa mogą stać się przestępstwem, jak reagować na hejt i gdzie szukać pomocy, jaka jest odpowiedzialność prawna nieletnich za hejt i inne zachowania naruszające prawo.

Bardzo mocno wybrzmiało to, jak reagować na bezprawne zachowanie, bo jak podkreślono, „przemoc karmi się milczeniem”. Dlatego każdy problem należy zgłosić zaufanej osobie dorosłej, pedagogowi szkolnemu, nauczycielowi, rodzicom lub opiekunom.

Podczas zajęć uczniowie żywo reagowali na pytania prowadzącej. Ich odpowiedzi na konkretne pytania dotyczące np., kiedy mamy do czynienia z hejtem, a kiedy z krytyką, nie zawsze były trafne, ale po wymianie uwag dowiedzieli się, jaka jest różnica między obu zachowaniami.

I tak, hejt to: obraźliwa lub agresywna ocena kogoś lub czegoś, a intencją sprawcy jest



FOT. NADESANA / SP. ŁYSOMIC

Podczas spotkania z prawnikiem w szkole w Łysomicach uczniowie dowiedzieli się m.in., jak odróżnić hejt od krytyki

wywołanie negatywnych emocji lub czerpanie z tego pożytku. W przypadku hejtu często nie ma ona charakteru merytorycznego, a sprawca wskazuje negatywny stosunek do pokrzywdzonego.

Inaczej wygląda to w przypadku krytyki, która może być surową lub negatywną oceną kogoś, ale jej intencją jest za-

zwyczaj polemika na jakiś temat, w której używa się merytorycznych argumentów, a krytykujący ma szacunek do adwersarza.

Pani mecenas zwróciła też uwagę uczniom na „magię słów w komentarzach”, bo czasami trudno jest odróżnić hejt od krytyki, dlatego należy zastanowić się nad tym, czy nasz

komentarz odnosi się do cech fizycznych, umysłowych danej osoby; czy odnosi się do jej pochodzenia, wiary, orientacji seksualnej lub innych elementów związanych z daną osobą i czy zawiera słowa powszechnie uznawane za wulgarne.

Nikt nie jest bezkarny

Uczestnicy spotkania zapoznali się również z potencjalnymi konsekwencjami wynikającymi z hejtu zmierzającego do np. znieważenia kogoś czy zniesławienia, bo z kodeksem w ręku czytali konkretne paragrafy i wynikające z nich kary.

Podczas dyskusji z uczniami uściślono różnicę między hejtem a stalkingiem. Otóż jedno i drugie jest formą prześladowania innej osoby, ale jest między nimi pewna różnica. Mianem hejtu zwykło się określać zachowanie o charakterze jednorazowym, a stalking to ciąg czynów, które silnie uprzykrzają życie ofierze.

Mówiono też o takich pojęciach jak cyberstalking i cyberbullying. Pierwsze z nich to uporczywe prześladowanie lub nękanie osoby za pośrednictwem internetu. Stalkerzy wy-

korzystają różne narzędzia - od mediów społecznościowych, przez e-maile, po komunikatory - aby zastraszać, kontrolować lub szpiegować ofiarę.

Cyberbullying, czyli cyberprzemoc, to świadome, powtarzające się działanie mające na celu wyrządzenie krzywdy psychicznej innej osobie.

- Zarówno stalking, cyberstalking i cyberbullying to poważne przestępstwa zagrożone karą pozbawienia wolności od 6 miesięcy do 8 lat - mówiła mecenas Partyka.

Na zakończenie prowadząca spotkanie wspomniała o odpowiedzialności nieletnich za omawiane wcześniej zachowania. Reguluje to Ustawa o wspieraniu i resocjalizacji nieletnich. I tak, w przypadku, gdy nieletni ma 10-13 lat, to „sąd traktuje jego czyn jako przejaw demoralizacji i może zastosować środki wychowawcze, lecznicze lub poprawcze”.

Jeśli rzecz dotyczy sprawy w wieku 13-17 lat, „sąd stosuje środki przewidziane w ustawie, a po ukończeniu 15. roku życia nieletni w niektórych przypadkach ciężkiego przestępstwa może odpowiadać jak dorosły”. ©©

KLUBOWI „ZŁOTA JESIEŃ” Z GRĘBOCINA STUKNĘŁO CĆWIERĆ WIEKU

Krzysztof Lietz
krzysztof.lietz@polskapress.pl

Klub Seniora „Złota Jesień” z Grębocina obchodzi jubileusz 25-lecia istnienia. Od początku jego przewodniczącą jest Janina Łubkowska.

Z okazji jubileuszu odbyło się uroczyste spotkanie „Złotej Jesieni” z przyjaciółmi klubu, z wójtem gminy Lubicz Markiem Nicewiczem na czele. Była okazja do refleksji.

Najstarsi klubowicze wspominali pierwsze spotkania klubu, które odbywały się latem, na podwórzu domu pani Anny Gumowskiej. Z każdym kolejnym spotkaniem przybywało nowych uczestników - zarówno pań, jak i panów. Wkrótce, dzięki uprzejmości ówczesnego proboszcza, klub przeniósł się do Domu Katolickiego, gdzie spotyka się do dziś.

Klubowi śpiewacy „Złota Jesień” od początku odnosili sukcesy na przeglądach chórów w województwie kujawsko-pomorskim.

- Jeździliśmy po całym województwie i zawsze wracaliśmy z nagrodami. W końcu inne chóry się zbuntowały i przestano przyznawać nagrody - teraz wszyscy otrzymują dyplomy za udział - wspomina z uśmiechem Janina Łubkowska.

Członkowie klubu spotykają się co tydzień, w czwartki, aby

Członkowie klubu spotykają się co tydzień, aby wspólnie śpiewać. Obecnie w grupie działa około 20 osób, w tym dwóch panów.

wspólnie śpiewać. Obecnie w grupie działa około 20 osób, w tym dwóch panów.

Seniorzy chętnie uczestniczą w przeglądach i koncertach, często do autobusu zabierając ze sobą inne chóry z gminy.

- Dzięki temu jest taniej i weselej. Takie wspólne wyjazdy pozwalają nam lepiej się poznać - mówi pani Janka i dodaje: - Bardzo cenię sobie wsparcie, jakie otrzymujemy z gminy i dobrą współpracę z naszym proboszczem ks. kanonikiem Dariuszem Aniołkowskim. ©©



FOT. NADESANA

Życzenia od klubów i sołtysa Grębocina Marleny Miszałkowskiej (z prawej) przyjmuje Janina Łubkowska (w środku)

SOWY DLA PRYMUSÓW Z POWIATU, RADA SENIORÓW OBRADUJE, MEDALE ZA BIEGI ORAZ HONORY DLA KOŁA GOSPODYŃ W WYBCZU

Krzysztof Lietz
krzysztof.lietz@polskapress.pl

Powiatowi prymusi otrzymali statuetki „Sowa 2025”, Rada Seniorów powiatu wybrała władze. Były też mistrzostwa powiatu w sztafetach przełajowych i piękny jubileusz KGW z Wybczu.

Na gali stypendystów w Gronowie najlepsi otrzymali statuetki „Sowa 2025”, a najlepsza stypendystka – Zuzanna Sławkowska z Technikum w Gronowie także voucher na 500 zł.

W Lubickiej Przystani Integracji po raz pierwszy w historii powiatu zebrała się Rada Seniorów i wybrała władze.

W biegach przełajowych wśród dziewcząt najlepsze były sztafety SP Łubianka (rocznik 2013 i młodsze) i SP Żławieś Wielka (2011-2012), a wśród chłopców – SP Czernikowo oraz SP Dobrzejewice.

W Wybczu, w gminie Łubianka świętowano 65-lecie Koła Gospodyń Wiejskich. Na tę okazję przygotowano wystawę fotografii dokumentujących jego bogatą historię. ©



Zuzannie Sławkowskiej gratulowali starosta Mirosław Graczyk (z prawej) i Andrzej Siemianowski (Rada Powiatu)



Rada Seniorów powiatu na przewodniczącą wybrała Grzegorza Filuta z gminy Obrowo, a na wiceprzewodniczącą – Jadwigę Czarnecką z gminy Wielka Nieszawka



W mistrzostwach powiatu w biegach przełajowych najlepiej spisała się SP Czernikowo - złoto zdobyli chłopcy z rocznika 2013 i młodszy, a srebro - dziewczęta i chłopcy 2011-12



Podczas świętowania 65-lecia KGW w Wybczu zaprezentowano logo Koła opracowane specjalnie na tę okazję

MATERIAŁ INFORMACYJNY GMINY ŁYSOMICE

1141275

To był najlepszy sezon łysomickich kolarzy

Młodzi kolarze z Łysomic odnoszą coraz większe sukcesy. Miniony sezon był dla nich wyjątkowy.

Gmina Łysomice od kilku lat mocno kojarzy się z jazdą na rowerze. Znakomite wyniki wykręcane przez mieszkańców w rywalizacji o tytuł Rowerowej Stolicy Polski i liczne masowe rajdy rowerowe przekładają się na popularność tej formy aktywności i na sportowe sukcesy młodej trenującej kolarstwo. Dowodem tej zależności są wyniki Kolarskiego Klubu Sportowego Łysomice.

- Sezon 2025 możemy uznać za najlepszy w pięcioletniej historii naszego klubu - cieszy się Piotr Wojciechowski z KKS Łysomice. - Oprócz rywalizacji w regionalnych wyścigach ligowych, udało nam się pojechać również w wyścigach ogólnopolskich. I nasi kolarze wygrywali te wyścigi. Między innymi Mały Wyścig Pokoju w Poznaniu. Wywodząca się z naszego klubu, ale jadąca w tourze w barwach klubu Copernicus Toruń, Agata Kalinowska wygrała w kategorii żaków pierwszy etap Junior Tour de Pologne w Legnicy, a cały wyścig zakończyła na trzecim miejscu. To jest naprawdę duże osiągnięcie. Do tego dołożyliśmy dwa



złote medale Mistrzostw Polskich Szkół Podstawowych. W sumie nasi kolarze wygrali ponad dwadzieścia wyścigów w tym sezonie.

W kujawsko-pomorskim KKS Łysomice okazał się trzecią siłą na 22 kluby. W wojewódzkiej Lidze UKS zawodnicy dowieźli wiele znakomych wyników. Drużynowo klub zajął 1 miejsce w kategorii żaków, drugie w kategorii młodzików i dziewiąte wśród młodzików. Indywidualnie w kategorii żaków pierwsze miejsce zdobyła Agata Kalinowska,

a trzecie Lena Sosnowska. Wśród młodziczek Julia Sztangierska zakończyła ligowy sezon na siódmym miejscu, Gabriela Wasiak na dziewiątej a Kalina Stańczak na jedenastej lokacie. Ósmy wśród młodzików na koniec ligowych zmagani był Alan Litkowski.

- Łącznie zawodnicy KKS Łysomice zdobyli 1353 punkty, co dało 3. miejsce w klasyfikacji generalnej UKS w województwie kujawsko-pomorskim. Bez wątpienia naszą gwiazdą stała się Agata Kalinowska. Bez niej

trudno byłoby myśleć o wszystkich tegorocznych sukcesach. Nasza dwunastolatka ma już na swoim koncie już dwanaście tytułów mistrza polski. A jeszcze w tym roku powalczy o kolejne, ponieważ w grudniu będzie broniła tytułów na Mistrzostwach Polskich Szkół Kolarskich na torze, z których rok temu przywiozła 4 złota. - podsumowuje Piotr Wojciechowski.

- Na ten moment w KKS Łysomice jeździ 13 osób. Dominują dziewczęta, chłopców na razie mamy tylko trójkę. A rozpiętość



wiekowa naszej aktualnej kadry to od 9 do 14 lat. Oczywiście skład drużyny nie jest zamknięty. W ramach promowania naszego klubu i treningu kolarskiego staramy się regularnie odwiedzać szkoły na terenie gminy Łysomice i zachęcać dzieci i młodzież do rozpoczęcia treningów. W najbliższym czasie planujemy odwiedzić szkołę w Turznie, 29 października, a następnie na początku listopada szkołę w Łysomicach - zapowiada zachęcając do rowerowej aktywności Piotr Wojciechowski.



www.lysomice.pl

Budowa i remont domu

PARTNER DODATKU



swissporTON – nowa europejska marka na rynku pokryć dachowych

swissporTON: to europejska marka dachówek ceramicznych i cementowych. Szwajcarska jakość, design i trwałość.

swissporTON to nowa europejska marka dachówek ceramicznych i cementowych oraz wysokiej jakości akcesoriów dachowych należąca do Grupy swisspor. swissporTON zastępuje dotychczasową, cenioną markę CREATON dla dachówek produkowanych przez CREATON Polska i CREATON South East Europe. Zachowuje wszystko, co najlepsze z dziedzictwa CREATON, łącząc teraz szwajcarską jakość, design i trwałość. Jej produkty na dachy skośne tworzą z rozwiązaniami swisspor kompleksowy, wydajny i trwały system dla nowoczesnego budownictwa od jednego dostawcy.

Kompleksowe portfolio produktowe

swissporTON oferuje szeroką gamę dachówek ceramicznych: dachówkę płaską SIMPLA, półpłaską KODA, klasyczne TITANIA i BALANCE oraz inspirowaną historyczną formą RAPIDO, karpiówki KLASSIK Lenti i oryginalną pod względem formy zakładkową HORTOBÁGY.

Dachówki cementowe swissporTON reprezentują cztery sprawdzone kształty: dachówka płaska KAPSTADT, półpłaska KIOTO oraz tradycyjne GÖTEBORG i BREMA.

Portfolio uzupełnia kompleksowa gama wysokiej jakości akcesoriów ceramicznych i cementowych dopasowa-

nych pod względem barwy, kształtu i powłoki do dachówek połaciowych, estetycznie wykonany i zapewniający bezpieczeństwo system komunikacji dachowej oraz ochrony przeciwśnieżnej. W ofercie dostępne są również różne akcesoria ułatwiające estetyczny i precyzyjny montaż dachu, taśmy RBF, membrany BLACK czy estetyczne i wydajne rozwiązania fotowoltaiczne zintegrowane z połącją dachu.

Produkcja oparta na naturalnych zasobach

Wszystkie dachówki swissporTON powstają w pięciu nowoczesnych zakładach strategicznie zlokalizowanych

w Polsce (Olkusz, Chojnice, Widziszewo) i na Węgrzech (Lenti I, Lenti II). Ta lokalizacja wynika z dostępu do jednych z najlepszych źródeł gliny na kontynencie, co stanowi fundament wyjątkowej jakości produkowanych wyrobów.

Zakłady wykorzystują zaawansowane technologie produkcji oraz wieloetapowe procesy kontroli jakości odpowiadające rygorystycznym standardom europejskim. Dachówki przechodzą szczególne testy zapewniające długotrwałą niezawodność i estetykę przez dziesięciolecia użytkowania.

Potwierdzeniem tego jest (udzielana na określonych warunkach) jedna z najdłuższych

na rynku gwarancji – do 50 lat w zakresie nieprześlakliwości i mrozoodporności dla dachówek ceramicznych swissporTON.

Nowa marka w Grupie swisspor

Włączenie dachówek ceramicznych, cementowych i akcesoriów na dachy skośne pod marką swissporTON w imponujące portfolio, znanych doskonale energooszczędnych rozwiązań swisspor oddaje innowacyjny charakter produktów i otwartość na nowoczesne rozwiązania technologiczne.

Dla klientów oznacza to kontynuację najwyższych standardów jakości wypraco-

wanych przez trwające blisko 30 lat doświadczenie produkcyjne CREATON Polska, przy jednoczesnym dostępie do szerszej gamy innowacyjnych rozwiązań z imponującą ofertą swisspor – od fundamentów po dach.

Ta kompleksowa oferta pozwala na realizację budynków o najwyższych standardach energetycznych, gdzie każdy element jest zaprojektowany w ramach spójnej filozofii energooszczędnego budownictwa. Różnorodność rozwiązań umożliwia realizację najbardziej wymagających koncepcji architektonicznych przy zachowaniu optymalnych parametrów technicznych.



FOT. SWISSPOR.PL

REKLAMA

0011417414



Nowa marka znanych dachówek
ceramicznych i cementowych



swissporTON.pl

Nowa generacja okien dachowych GREENVIEW. Akustyka na nowym poziomie

Żyjemy w czasach dynamicznych zmian, a zmiany klimatyczne są coraz bardziej widoczne i odczuwalne. Dbłość o środowisko staje się priorytetem, gdyż Ziemia to miejsce naszego życia, które musimy chronić, zarówno dla nas, jak i przyszłych pokoleń. Nowa generacja okien dachowych GREENVIEW z pakietem P50 od FAKRO łączy najwyższe standardy funkcjonalne i estetyczne z dostosowaną do zmieniającego się klimatu energooszczędnością oraz rozwiązaniami zapewniającymi bezpieczeństwo w obliczu gwałtownych zjawisk pogodowych.

Inwestycja w lepszą przyszłość

Inwestycja w okna nowej generacji to krok w stronę lepszej przyszłości. FAKRO, inspirowane filozofią GO GREEN, projektuje swoje produkty z poszanowaniem środowiska. Dzięki nim każdego dnia oszczędzasz energię i obniżasz rachunki.

Innowacyjna konstrukcja z wyższym profilem skrzydła i pakietem trzyszybowym znacząco wpływa na ochronę ciepła, co przekłada się na mniejsze zapotrzebowanie na energię, aby ogrzać poddasze. Pa-

kiet szybowy ma 44mm grubości, dzięki czemu można go głębiej osadzić w konstrukcji skrzydła i w ten sposób całe okno zyskuje lepszą termoizolacyjność. Okno wykonane w technologii thermoPro, a współczynnik przenikania ciepła okien z kołnierzem Thermo jest na poziomie 0,9 W/m²K. Nawiewnik optymalizuje przepływ świeżego powietrza, minimalizując jednocześnie straty ciepła.

Dodatkowym atutem okien GREENVIEW z pakietem P50 o współczynniku izolacji akustycznej Rw sięgającym 40 dB jest bardzo dobre tłumienie hałasu, które zapewnia podwójna folia dźwiękoizolacyjna umieszczona pomiędzy szybami. Komfort miłej ciszy podczas odpoczynku to niewątpliwie nowa jakość życia, którą zapewniają okna dachowe nowej generacji. Ma to wpływ na regenerujący sen i nasze ogólne zdrowie. To również większa swoboda, ponieważ możesz oddawać się swoim pasjom w domu, nie zakłócając spokoju innym. Okna wyposażone są w hartowaną szybę zewnętrzną i laminowaną wewnętrzną klasy P2A, co zwiększa bezpieczeń-

stwo użytkowe, a zastosowany system topSafe podnosi także bezpieczeństwo antywłamaniowe okien.

Nowoczesny design i wyjątkowy wygląd

Zewnętrzna powłoka łatwowymywalna ułatwia utrzymanie okien w czystości, dzięki czemu mamy więcej czasu dla siebie. Okna GREENVIEW to także nowoczesny wygląd. Dolna klamka wpisuje się w obecne designerskie trendy, a atrakcyjny kształt obłachowania, opracowany we współpracy z Politechniką Krakowską, nadaje oknom wyjątkowy nowoczesny wygląd. Standardowy kolor obłachowania Antracyt (RAL7016) dopasowany jest do popularnych pokryć dachowych.

Okna GREENVIEW otrzymały certyfikat Carbon Footprint Approved, co dowodzi, że zostały wytworzone w odpowiedzialny środowiskowo oraz społecznie sposób. Pozwalają stworzyć dom funkcjonujący w zgodzie z naturą, oferując komfort i bezpieczeństwo na co dzień, jednocześnie dbając o piękny widok na otaczającą zielen.

www.fakro.pl



Oferowanie ekologicznych i energooszczędnych produktów jest wpisane w DNA firmy FAKRO



Obłachowanie okien dachowych GreenView dostępne jest w trzech kolorach: antracytowym, czarnym oraz szarobrazowym

REKLAMA

0011418679

NOWA GENERACJA OKIEN DACHOWYCH GREENVIEW z pakietem akustycznym

Okna GREENVIEW powstały z pasji tworzenia i zmieniania świata. Przedstawiamy nową generację okien dachowych, które łączą najwyższe standardy funkcjonalne i estetyczne z wysoką energooszczędnością i wyjątkową akustyką.

Okna dachowe GREENVIEW z pakietem P50 o bardzo dobrym współczynniku izolacji akustycznej aż do $R_w = 41\text{dB}$ to cisza na poddaszu kiedy oddajesz się swojej pasji i w chwilach, gdy potrzebujesz odpoczynku.

FAKRO®

swissporPIR Alu – termoizolacja dla nowoczesnego budownictwa

W erze zrównoważonego budownictwa i efektywności energetycznej, wybór odpowiednich produktów izolacyjnych ma kluczowe znaczenie. Na tle innowacyjnych rozwiązań wyróżnia się nowość marki swisspor – swissporPIR Alu, zaawansowany materiał termoizolacyjny rewolucjonizujący projektowanie energooszczędnych budynków.

Czym jest swissporPIR Alu?

swissporPIR Alu to wysokiej jakości płyty izolacyjne z poliizocyanuranu (PIR) o zamkniętej strukturze komórkowej.

Charakteryzują się wyjątkowo niskim współczynnikiem przewodzenia ciepła (λ) wynoszącym zaledwie 0,022 W/mK, co czyni je jednym z najefektywniejszych rozwiązań izolacyjnych na rynku.

swissporPIR Alu wyróżnia się:

- doskonałymi właściwościami termicznymi,
- wyjątkową odpornością,
- stabilnością wymiarową,
- długą żywotnością oraz
- szeroką gamą zastosowania.

Kluczowe zalety swissporPIR Alu

Wyjątkowa efektywność termiczna – niski współczynnik przewodzenia ciepła pozwala osiągnąć ten sam poziom izolacji przy znacznie cieńszej warstwie materiału w porównaniu do tradycyjnych rozwiązań. W praktyce, 10 cm warstwa swissporPIR Alu może zastąpić nawet 17 cm wełny mineralnej (o współczynniku 0,038 W/mK), zachowując identyczne właściwości izolacyjne.

Maksymalna przestrzeń użytkowa – wysoka efektywność przy niewielkiej grubości przekłada się bezpośrednio na zwiększenie powierzchni użytkowej budynku. W kontekście rosnących cen nieruchomości i ograniczonych przestrzeni miejskich, możliwość zastosowania cieńszych ścian przy spełnieniu surowych norm energetycznych stanowi znaczącą zaletę.

Odporność na wilgoć i trwałość – zamknięta struktura komórkowa zapewnia minimalną absorpcję wody, gwarantując stabilność parametrów izolacyjnych w różnych warunkach atmosferycznych. Materiał zachowuje swoje właściwości



przez cały okres użytkowania budynku, nie degraduje się pod wpływem wilgoci i nie wymaga specjalnych zabezpieczeń przeciwwilgociowych.

Bezpieczeństwo pożarowe – płyty swissporPIR Alu są samogasnące, co oznacza wolny proces spalania w przypadku pożaru. Cechują się również niską emisją dymu i brakiem skroplin w wyniku

działania płomieni, co czyni je bezpiecznym wyborem dla projektów, gdzie kwestie bezpieczeństwa pożarowego są priorytetem.

Zastosowania swissporPIR

► **Taras** – dzięki niewielkiej wadze, małej grubości i niskim współczynnikowi przenikania ciepła, nie trzeba stosować grubej warstwy izolacji dla osiągnięcia satysfakcji

nującego efektu ocieplenia. Skutecznie chroni pomieszczenia pod tarasem przed emisją ciepła. ► **Dachy płaskie** – wysoka wytrzymałość na ściskanie sprawia, że materiał doskonale sprawdza się w izolacji takich konstrukcji, umożliwiając tworzenie zielonych dachów czy tarasów użytkowych bez ryzyka utraty właściwości izolacyjnych.

► **Budownictwo pasywne i zero-emisyjne** – wyjątkowe właściwości termiczne czynią swissporPIR Alu materiałem pierwszego wyboru w takim budownictwie, umożliwiając osiągnięcie wymaganych parametrów przy zachowaniu racjonalnych grubości przegród.

► **Zrównoważony rozwój** – długa żywotność, stabilność parametrów i wyjątkowa efektywność energetyczna przekładają się na znaczące oszczędności energii przez cały okres użytkowania budynku, co kompensuje ślad węglowy związany z produkcją materiału.

swissporPIR Alu reprezentuje przyszłość materiałów izolacyjnych w nowoczesnej architekturze – łącząc najwyższą efektywność energetyczną z trwałością, bezpieczeństwem i możliwościami projektowymi. Umożliwia tworzenie smukłych, energooszczędnych i zrównoważonych budynków, stanowiąc odpowiedź na liczne wyzwania współczesnego budownictwa.

Więcej informacji:
www.swisspor.pl

REKLAMA

0011418685

płyty XPS

ocieplenie fundamentu
 odporne na wilgoć
 i przemarzanie gruntu

doskonale ocieplenie

odporność na wilgoć

wytrzymałość mechaniczna

xps.swisspor.pl



Stawiamy na te rozwiązania, które łączą komfort z estetyką. Wejście do domu ma w sobie coś z wizytówki – tworzy pierwsze wrażenie

Zatrzymują ciepło i przyciągają spojrzenia – aluminiowe wizytówki nowoczesnych domów

Kiedy za oknem robi się chłodniej, a rachunki za ogrzewanie rosną, wielu właścicieli domów boleśnie przypomina sobie o nieszczelnych wejściach. To właśnie okna i drzwi potrafią odpowiadać nawet za 25-30% strat energii potrzebnej do ogrzewania lub chłodzenia budynków.

To realne wartości, które przekładają się na domowy budżet i codzienny komfort. Nic dziwnego, że w ostatnich latach przepisy budowlane stały się pod tym względem bardziej wymagające, a za sprawą rosnącego znaczenia aspektów wizualnych, nowoczesne drzwi muszą dziś łączyć elegancję z energooszczędnością.

„Klienci coraz częściej oczekują od drzwi, że będą nie tylko szczelne i ciepłe, ale też designerskie. Wejście do domu ma coś w sobie z wizytówki. Stawiamy na rozwiązania, które łączą komfort z estetyką: drzwi mogą być jednocześnie praktyczne i efektowne” – mówi Michał Marcinowski, dyrektor rozwoju produktu systemów budowlanych w Aluprof.

Elegancja i technologia w jednym

Wejście do domu coraz częściej staje się ważnym elementem wizualnym budynku. To ono tworzy pierwsze wrażenie, a jednocześnie ma realny wpływ na komfort codziennego życia – chroni przed chłodem, hałasem i nieproszonymi gośćmi.

„Jeszcze kilka lat temu drzwi postrzegano głównie jako element techniczny. Dziś coraz częściej traktujemy je jako część aranżacji domu – coś, co podkreśla charakter całej jego bryły. Aluminium daje tu ogromne możliwości: pozwala na większe przeszklenia, proste formy i wyraziste proporcje, a jednocześnie zapewnia świetną izolację” – mówi Michał Marcinowski.

Właśnie na tym fundamencie powstają rozwiązania Aluprof. MB-79N to propozycja dla osób poszukujących solidnych i energooszczędnych drzwi w atrakcyjnej formie, spełniających wymogi współczesnego budownictwa. MB-86N daje architektom jeszcze większą swobodę – dzięki różnym wariantom izolacyjności można do-

pasować drzwi do indywidualnych potrzeb domu. Z kolei MB-104 Passive jest konstrukcją o najwyższych parametrach termicznych, rekomendowaną nawet do obiektów pasywnych, gdzie ograniczenie strat energii jest priorytetem. Osobną kategorię stanowi MB-86N Pivot Door – efektowne rozwiązanie, które dzięki przesuniętej osi obrotu zamienia wejście w architektoniczną atrakcję, podkreślając prestiż i indywidualny charakter budynku. Za jego pomocą można stworzyć imponujące konstrukcje o wymiarach skrzydła nawet do 2x3,4 m oraz masie do 500 kg.

Nowy standard wejścia

„Dom zaczyna się od drzwi, ponieważ to przez nie codziennie wchodzimy i to one jako pierwsze witają naszych gości. Jeśli łączą elegancję z energooszczędnością, zyskujemy coś więcej niż zwykły element architektury. Zyskujemy poczucie, że nasz dom jest piękny, oszczędny i praktyczny” – podsumowuje Michał Marcinowski.

REKLAMA

0011418665

PIVOT DOOR

Drzwi zewnętrzne z przesuniętą osią obrotu

Szymon Marciniak

www.aluprof.com/dom

REKLAMA

0011418686

Światło Cię Uniesie

Okna, które zmieniają dom



Okna FAKRO | INNOVIEW powstały z połączenia drewna i aluminium, co wpływa na ich wyjątkową trwałość i daje możliwość tworzenia ogromnych przeszkleń. Naturalne drewno zapewnia ciepły klimat wnętrza oraz ponadczasową estetykę, a wysoka energooszczędność obniża rachunki za ogrzewanie. Okna są unikatowe, ponieważ każde wytwarzane jest na indywidualne zamówienie z szeroką możliwością personalizacji.



OKNA | MARKIZY | DRZWI | BRAMY GARAŻOWE

innoview.pl

FAKRO | **INNOVIEW**

Przestrzeń bez granic: jak nowoczesne drzwi panoramiczne otwierają dom na naturę

Rosnąca potrzeba życia w otoczeniu natury sprawia, że drzwi panoramiczne stają się kluczowym punktem każdego projektu domu. Odpowiednio zaprojektowana stolarka może uczynić wnętrze bardziej przestronnym i jaśniejszym. Nowoczesne rozwiązania techniczne i projektowe pozwalają osiągnąć ten efekt, wykorzystując optykę, światło oraz technologię do tworzenia iluzji wizualnych we współczesnych domach.

Więcej niż widok – okno jako rama dla natury

Duże przeszklenia zacierają granice między wnętrzem a otoczeniem, a światło dzienne modeluje przestrzeń, dodając jej lekkości i głębi. Architekci coraz częściej projektują domy tak, by okno stało się centralnym punktem kadru – prawdziwą ramą dla codziennych krajobrazów.

Ważną rolę odgrywają rozwiązania minimalizujące fizyczną obecność konstrukcji. Wąskie profile, ukryte skrzydła i zerowe progi pozwalają architekturze wtopić się w otoczenie. Panoramiczne drzwi rozszerzają salon na taras, a wielkoformatowe przeszklenia nadają aranżacji efekt te-



Drzwi panoramiczne stają się kluczowym punktem każdego projektu domu

atralny. Wrażenie ciągłości przestrzeni wzmacnia wysokiej jakości szkło, które nie zniekształca kolorów ani konturów.

Technologia iluzji – nowoczesne rozwiązania aluminiowe

Aluminiowe rozwiązania o wąskich profilach pozwalają na duże przeszklenia przy zachowaniu sztywności

i izolacyjności. Minimalne konstrukcje, niewidoczne okucia i ukryte mechanizmy sterujące przekładają się na czystą formę i maksymalne doświetlenie wnętrza. Zabudowa ościeżnic i progów pozwala stworzyć efekt jednej powierzchni łączącej wnętrze z tarasem.

Najważniejsze jest dla nas to, żeby architekt nie musiał wybierać między

jakością techniczną a estetyką – mówi Marek Rudyk. – Kiedy projektujemy produkty, szukamy rozwiązań, które umożliwiają pracę światłem i przestrzenią tak, by wnętrze i otoczenie przenikały się naturalnie. Przykładowo, drzwi panoramiczne takie jak MB-Skyline Type R pozwalają tworzyć duże, przesuwne przeszklenia z niemal niewidoczną ramą, co wspiera ten

efekt. Dzięki temu powstają wnętrza, w których technologia pozostaje w cieniu, a pierwszoplanową rolę odgrywa krajobraz – dodaje.

Iluzja z bliska – jak optyka zmienia odbiór wnętrza

Światło kształtuje postrzeganie przestrzeni – refleksy, cienie i przezierność szkła wpływają na nastrój wnętrza bardziej niż jego metraż. Minimalistyczne ramy i duże powierzchnie szkła pozwalają budować głębię bez dodatkowych elementów wystroju. Perspektywa staje się narzędziem projektowym – okno może optycznie poszerzyć pokój, „przedłużyć” salon w kierunku ogrodu albo stworzyć kontrast dla bryły budynku.

Systemy Aluprof, takie jak fasady słupowo-ryglowe czy drzwi podnoszone-przesuwne, pozwalają pracować na dużych płaszczyznach szkła bez utraty parametrów izolacyjnych czy statycznych. Znikają podziały między wnętrzem a zewnątrz – powstają przestrzenie pełne światła, otwarte i zmienne w ciągu dnia. Iluzja zanikania konstrukcji integruje technologię z przestrzenią, a dom zyskuje wymiar, którego nie da się zmierzyć w metrach kwadratowych.

REKLAMA

0011418676

PANUJ NAD KLIMATEM PANUJ NAD KOSZTAMI

DRZWI TARASOWE Z ALUMINIUM

SkyLine

Panoramiczne drzwi przesuwne z ukrytą ramą

ALUPROF
AMBASADOR
Szymon Marciniak

www.aluprof.com/dom

Nowa generacja rekuperacji – energooszczędne centrale Alnor dla wymagających inwestycji

Świeże powietrze, niższe rachunki i większy komfort życia. Nowoczesne budownictwo coraz częściej stawia na rekuperację, która odzyskuje energię i dba o zdrowy mikroklimat w domu. Alnor oferuje centrale wentylacyjne nowej generacji, tworzone z myślą o inwestorach poszukujących sprawdzonych i energooszczędnych rozwiązań.

W dobrze zaprojektowanym domu liczy się każdy detal, również sposób, w jaki oddycha budynek. Tradycyjna wentylacja grawitacyjna usuwa ciepło razem z powietrzem i generuje straty, które podnoszą rachunki. Rekuperacja odwraca ten schemat: odzyskuje energię, zapewnia stały dopływ świeżego powietrza i utrzymuje stabilny mikroklimat we wnętrzu. Taki system sprawia, że inwestycja spełnia wymagania energooszczędności, podnosi komfort mieszkańców i jednocześnie zwiększa wartość nieruchomości.

Centrale Alnor – dopasowane do każdej inwestycji

Centrale rekuperacyjne Alnor są wszechstronne, dlatego znajdują zastosowanie nawet w najbardziej wymagających inwestycjach.

► **Kawalerki i małe mieszkania** – w przestrzeniach, w których każdy centymetr ma znaczenie, najlepiej sprawdzi się **FlatAIR-X**, kompaktowa jednostka z elastycznymi przyłączami, montowana bez rozdzielaczy.

REKUPERACJA CZUĆ KLIMAT.



Alnor oferuje centrale wentylacyjne nowej generacji

Oszczędza miejsce, a jednocześnie zapewnia pełną funkcjonalność rekuperacji.

► **Domy jednorodzinne** – ciszę i niezawodność gwarantuje **BoxAIR**, czyli centrala łącząca elastyczny sys-

tem przyłączy z wydajnym wymiennikiem ciepła. Pracuje dyskretnie i energooszczędnie, zapewniając komfort codziennego użytkowania.

► **Budynki z ograniczoną przestrzenią techniczną** – w takich wa-

runkach najlepiej działa **SlimAIR**, niska centrala o kompaktowych wymiarach, którą można montować w kilku pozycjach. Zapewnia sprawność odzysku ciepła sięgającą 95 procent i bezproblemową pracę nawet przy trudnych warunkach zabudowy.

► **Mieszkania, w których kluczową jest dyskrecja** – tutaj doskonale sprawdza się **MinistAIR**, smukłe urządzenie mieszczące się w szafce lub wnęcie. Gwarantuje stabilny przepływ powietrza i wysoki komfort, pozostając praktycznie niewidoczne.

► **Inwestycje stawiające na design** – tam, gdzie technologia powinna harmonijnie współgrać z aranżacją wnętrza, najlepiej sprawdzi się **FlatAIR**, ultracienka centrala montowana w suficie podwieszanym. Zapewnia skuteczną wentylację i wygodne sterowanie przez aplikację mobilną.

► **Duże domy i prestiżowe realizacje** – w tego typu inwestycjach wymagane są najwyższe parametry, które gwarantuje **PremAIR**. To cen-

trala klasy premium z dużym wymiennikiem ciepła, wysokim sprzężeniem wentylatorów i zaawansowanym systemem sterowania.

Alnor dla wymagających inwestycji

Masz projekt, który wymaga niezawodnych i elastycznych rozwiązań? Centrale Alnor zapewniają energooszczędność, komfort i pewność, że inwestycja spełni najwyższe standardy.

Sprawdź centrale Alnor – rozwiązania stworzone dla wymagających inwestycji.



REKLAMA

0011418678



**REKUPERACJA
CZUĆ KLIMAT.**

ZESKANUJ



✉ handlowy@alnor.com.pl
rekuperacja@alnor.com.pl

🌐 rekuperacja.alnor.com.pl
www.alnor.com.pl

PremAIR 350-500



SlimAIR 250-1000



BoxAIR 150-225



MinistAIR 250-350



FlatAIR 80-250



FlatAIR-X 80-125



Modernizacja systemu grzewczego z pompą ciepła

Modernizacja systemu grzewczego nie musi oznaczać kosztownej wymiany całej instalacji. Nowoczesne pompy ciepła pozwalają zastąpić stare kotły i nadal korzystać z dotychczasowych grzejników, zapewniając jednocześnie dobrą efektywność i niższe rachunki.

Wymiana starego kotła na nowoczesną pompę ciepła stała się w ostatnich latach jednym z najczęściej wybieranych sposobów modernizacji domowych systemów grzewczych.

W starszych budynkach najczęściej spotykamy instalacje grzejnikowe, projektowane pod wysokotemperaturowe źródła ciepła (jak konwencjonalne kotły gazowe lub

węglowe). Standardowe pompy ciepła najlepiej współpracują jednak z instalacjami niskotemperaturowymi - im niższa temperatura zasilania, tym wyższa efektywność urządzenia. Nie oznacza to jednak, że współpraca pompy ciepła z układem grzejnikowym jest niemożliwa.

Wysokotemperaturowa pompa ciepła - rozwiązanie dla modernizowanych instalacji

Przy tradycyjnych grzejnikach, niska temperatura zasilania rzędu 40°C może powodować niedogrzaanie pomieszczeń. **Jeśli wymiana starego kotła na pompę ciepła ma się odbyć bez ingerencji w istniejącą instalację grzejnikową, opty-**

malnym wyborem staje się urządzenie wysokotemperaturowe. Takie monoblokowe pompy ciepła, jak Vitocal 150-A czy Vitocal 250-A, są w stanie podgrzewać wodę nawet do 70°C. Oznacza to możliwość kontynuowania eksploatacji dotychczasowych grzejników - bez konieczności ich wymiany na niskotemperaturowe czy przechodzenia na ogrzewanie podłogowe.

Pompy ciepła Vitocal 150-A i Vitocal 250-A zostały zaprojektowane z myślą o projektach modernizacyjnych. Zastosowany w nich system Hydro AutoControl pozwala na pracę bez zewnętrznego zbiornika buforowego. Zintegrowany układ hydrauliczny jednostki we-



Termomodernizacja pozwala zminimalizować rachunki

wnętrznej zapewnia optymalny przepływ wody grzewczej, a energia potrzebna do odszraniania parownika czerpana jest z wbudowanego bufora. Rozwiązanie to pozwala zredukować zapotrzebowanie na miejsce montażu nawet o 60%, co znacznie ułatwia instalację nowego źródła ciepła w zagospodarowanym już pomieszczeniu.

Termomodernizacja - klucz do jeszcze niższych kosztów

Każda pompa ciepła - również wysokotemperaturowa - pracuje ekonomiczniej przy niższych temperaturach. Dlatego przed wymianą źródła ciepła warto obniżyć zapotrzebowanie energetyczne budynku:

docieplić przegrody zewnętrzne, wymienić stolarkę na energooszczędną. Termomodernizacja pozwala w pełni wykorzystać potencjał pompy ciepła i zminimalizować rachunki.

Modernizacja systemu grzewczego z wykorzystaniem pompy ciepła pozwala obniżyć rachunki za energię i uniezależnić się od rosnących cen paliw kopalnych. Wysokotemperaturowe pompy ciepła zapewniają efektywne ogrzewanie we współpracy z istniejącą instalacją grzejnikową. W połączeniu z termomodernizacją budynku i dostępnymi programami wsparcia inwestycja ta staje się jeszcze bardziej opłacalna. **Viessmann.pl**

REKLAMA

0011418682

VIESSMANN

Kompletny system

Odkryj nowoczesne systemy grzewcze marki Viessmann.



SUPER SILENT



CONNECTIVITY



COOLING FUNCTION

viessmann.pl



Urządzenia marki Viessmann są idealnie do siebie dopasowane i tworzą kompletny system grzewczy/chłodniczy sterowany za pomocą jednej platformy. **Viessmann One Base** integruje cyfrowo systemy energetyczne: pompy ciepła, kotły grzewcze, systemy wentylacyjne, magazyny energii elektrycznej oraz instalacje fotowoltaiczne w jedną platformę, tworząc rozwiązania inteligentnego domu.

Nagrodzono nauczycieli z gminy Obrowo

16 października odbyło się uroczyste wręczenie nagród Wójty Gminy Obrowo z okazji Dnia Edukacji Narodowej.

To szczególne święto jest doskonałą okazją do uhonorowania pracy nauczycieli i dyrektorów zaangażowanych w rozwój lokalnej oświaty. Podczas uroczystości wójt Andrzej Wieczyński, w towarzystwie zastępcy wójta Joanny Zielińskiej oraz skarbnika gminy Joanny Faleńskiej, wręczył nagrody i złożył serdeczne gratulacje pedagogom, którzy swoją postawą i zaangażowaniem przyczyniają się do podnoszenia jakości edukacji w gminie.

W tym roku wyróżnionych zostało sześć dyrektorów oraz dziesięć nauczycieli ze szkół prowadzonych przez Gminę Obrowo. Nagrodzeni pedagodzy odznaczyli się szczególnym dorobkiem w zakresie pracy dydaktyczno-wychowawczej, opiekuńczej oraz innej działalności statutowej szkół, a także aktywnością w działaniach pozaszkolnych, promujących rozwój uczniów i współpracę ze społecznością lokalną.

- Z okazji Dnia Edukacji Narodowej chciałbym serdecznie



podziękować za Państwa trud, pasję i codzienną sumienność, z jaką wykonują Państwo swoje obowiązki. Państwa profesjonalizm, oddanie i rzetelność są wzorem do naśladowania i przyczyniają się do podnoszenia jakości pracy całej naszej społeczności edukacyjnej. Życzę dalszych sukcesów zawodowych, satysfakcji z podejmowanych

działań oraz wszelkiej pomyślności w życiu osobistym - powiedział wójt.

Wyróżnienia otrzymali: Agnieszka Kilińska-Mikołajczak (dyrektor) oraz Kamila Sharma (nauczyciel języka polskiego oraz edukacji dla bezpieczeństwa) ze Szkoły Podstawowej im. Mikołaja Kopernika w Łąży-

nie II; Przemysław Piotrowski (dyrektor), Monika Pawlikowska (nauczyciel języka angielskiego) i Katarzyna Przytarska (nauczyciel języka angielskiego i niemieckiego) ze Szkoły Podstawowej im. Jana Pawła II w Obrowie; Mariola Majrowska (dyrektor) i Adrian Drumiński (nauczyciel kształcenia słuchu, wiedzy o muzyce i fortepianu dodatkowo z Publicznej Szkoły Mu-

zycznej I stopnia im. Katarzyny Cąbrowskiej w Osieku nad Wisłą; Anna Koźlikowska (dyrektor), Anna Wiczerzak (wicedyrektor, logopeda) oraz Karolina Szyplik (nauczyciel współorganizujący kształcenie, terapeuta, pedagog specjalny) z Zespołu Szkół w Brzozówce; Anita Rybińska (dyrektor), Agnieszka Kopeke (wicedyrektor, nauczyciel

historii oraz wiedzy o społeczeństwie) i Aneta Mikołajewska (nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej) z Zespołu Szkół w Dobrzejewicach; Katarzyna Wachowska (dyrektor), Joanna Łęgowska (nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej), Monika Staruk (nauczyciel wychowania przedszkolnego) z Zespołu Szkół w Osieku nad Wisłą.

Obrowo znów rozbrzmiało muzyką!

Wspólne muzykowanie, serdeczna atmosfera i bogactwo artystycznych prezentacji - tak właśnie wyglądał VIII Przegląd Chórów i Zespołów Senioralnych.

To wyjątkowe wydarzenie, pełne dźwięków i barw, odbyło się 11 października 2025 roku w murach Szkoły Podstawowej w Obrowie. Rozpoczęło się o godzinie 11.00, a oficjalnego otwarcia dokonał Grzegorz Filut. Wszystkich artystów i gości powitał również Wójt Gminy Obrowo, Andrzej Wieczyński - serdecznymi słowami podkreślając znaczenie kultury i międzypokoleniowej integracji.

Scena już od pierwszych chwil wypełniła się muzyczną magią - jako pierwsi wystąpili goście specjalni: Michał Hajduchenia (kontrabas, wokal), Magdalena Cysewska (śpiew) oraz Leszek Czenkusz (akordeon). Muzycy wprowadzili publiczność w wyjątkowy nastrój i otworzyli przestrzeń dla dalszych, równie poruszających prezentacji.

Następnie zaprezentowali się artyści z całego regionu. Chóry i zespoły senioralne zachwyciły zarówno repertuarem, jak i barwną oprawą sceniczną.

Każdy z wykonawców miał do dyspozycji 15 minut, które wypełnione były dobrze znanymi i lubianymi melodiami, perfekcyjnie przygotowaną oprawą muzyczną oraz oryginalnymi, regionalnymi strojami.

Wśród wykonawców znaleźli się: Chór Seniora „Sami Swoi” z Obrowa Chór, „Dolina Drwący”, Zespół „Wesołe Kumoszki”, Zespół „Wspomnienie”, Zespół Śpiewaczy „Leśna Kraina”, Ireneusz Górkiewicz, Zespół „APPASSIONATA”, Zespół Pieśni Ludowej „Pakościanie”, Zespół Ludowy „Kawęczynianki”, Stowarzyszenie Kulturalne „Pokolenia”, Zespół „Wierchosławiczanki”, Zespół „Unisławianki”, Zespół Śpiewaczy „Wrzos”, Zespół Muzyczny „Duet Eden”, Zespół „Jutrzenka”, Zespół Wokalno-Instrumentalno-Kabaretowy z Wielgiego, Zespół Ludowy „Nasze Kujawy”

Każdy zespół wносил coś unikalnego - od nostalgicznych pieśni po energetyczne rytmy, które porwały publiczność do wspólnego śpiewu i tańca. To była prawdziwa uczta dla duszy i zmysłów.

Przykuwającym uwagę elementem wydarzenia były także stoiska z rękodziełami artystycz-

nym, które wzbogaciły przegląd o dodatkowy, wizualny wymiar. Swoje niezwykle prace zaprezentowali twórcy: Elżbieta Walczewska, Teresa Mokwińska, Ewa Jankowska, Zdzisław Janowski, Teresa Barcińska, Grażyna Kasza, Elżbieta Staszak,

Henryka Derezińska, Krystyna Czarnota oraz Alicja Jakubowska. Ich dzieła - od misternie wykonanych ozdób po praktyczne rękodzieło - cieszyły się dużym zainteresowaniem i były pięknym dopełnieniem całej uroczystości.

Na zakończenie Przeglądu wręczono pamiątkowe statuetki i serdeczne podziękowania za wkład w budowanie tego wyjątkowego wydarzenia. VIII Przegląd Chórów i Zespołów Senioralnych w Obrowie po raz kolejny udowodnił,

że pasja, muzyka i wspólne przeżycia potrafią łączyć pokolenia, tworząc niepowtarzalną atmosferę bliskości i wspólnoty. Podziękowania za niezapomniane chwile należą się wszystkim wykonawcom, twórcom i uczestnikom.





RAZEM przeciwko rakowi w Łubiance i Lubiczu Dolnym

Październik jest miesiącem świadomości w zakresie raka piersi, listopad zaś męskich nowotworów. Warto w tym kontekście wybrać się na jedno ze spotkań „RAZEM przeciwko rakowi”.

Po ubiegłorocznym spotkaniu w toruńskim MCSM, samorząd Powiatu Toruńskiego, przy wsparciu Fundacji „Światło”, Akademii Walki z Rakiem Fundacji Światło oraz gmin Łubianka i Lubicz, po raz kolejny organizują spotkanie dla osób dotkniętych chorobą nowotworową i ich rodzin - „RAZEM przeciwko rakowi”. Tym razem będą to dwa wydarzenia: pierwsze spotkanie odbędzie się 28 października (godz. 17.00-19.00) w Bibliotece Centrum Kultury w Łubiance (ul. Toruńska 4), a kolejne 4 listopada (godz. 17.00-19.00) w Lubickiej Przystani Integracji (ul. Toruńska 36A) w Lubiczu Dolnym.

Podobnie jak przed rokiem będzie to doskonała okazja aby spotkać się i porozmawiać na tematy związane z przechodzeniem przez chorobę nowotworową, powrotem do funkcjonowania po wyleczeniu, ale również o profilaktyce nowotworowej.

Eksperci doradzą uczestnikom m.in. Jak wspierać bliską osobę w chorobie? Jak radzić sobie z problemami skórnymi w trakcie leczenia? Co jeśli,



W ubiegłym roku spotkanie „RAZEM przeciwko rakowi” w toruńskim MCSM cieszyło się sporym zainteresowaniem. Jak będzie w tym roku?

a czego unikać, by wspomóc organizm? Jak mimo choroby czerpać radość z życia? Wśród prelegentów pojawią się Katarzyna Rajca-Laskowska (arteterapeutka), Martyna Cichoń (dietytyczka), Elwira Zakrzewska (psycholog/psychoonkolog), Dorota Rybarczyk (kosmetolog). Po części wykładowej uczestnicy będą mieli możliwość indywidualnego rozmawiania z obecnymi specjalistami.

Naprawdę warto

- Jako Amazonki uczestniczymy w różnych wydarzeniach w ramach profilaktyki nowotworowej

czyli wspierania chorych i ich najbliższych przez cały rok. Na akcji „RAZEM przeciwko rakowi” będziemy obecni po raz drugi - mówi Ola Kubacka-Duńczyk szefowa Toruńskich Amazonek. - Oprócz pań, które mogą podzielić się swoimi doświadczeniami w walce z chorobą nowotworową, na naszym stoisku pojawią się także specjalne fantomy edukacyjne. Panie będą mogły na nich przekonać się w praktyce jak wykonywać samobadanie piersi, a panowie - samobadanie jąder. Warto w ramach profilaktyki przypominać, że choć nie jest tak częstym jak

u kobiet, ale rak piersi może występować również u panów. Niestety większość z mężczyzn w rozmowach z nami jest zaskoczona tym faktem, dlatego tak ważne jest uświadamianie w tym zakresie.

- Takie spotkania to doskonała okazja do rozmawiania, o tym jak przejść przez proces terapii. Wiele kobiet nawet już po wyleczeniu, po przebytych operacjach, zamyka się w sobie, w swoich domach. Tymczasem takie grupy jak nasza istnieją również po to, aby pokazywać, że można wyjść na zewnątrz, można zadbać o siebie, można

ponownie prowadzić aktywne życie społeczne. Kontakt z grupami wsparcia, jak nasze amazonki, czy z psychologiem onkologicznym, może pomóc przejść przez chorobę nie tylko chorej osobie, ale również jej najbliższemu. Reakcja najbliższych i ich relacja z osobą po diagnozie są bardzo ważnym elementem procesu leczenia - podkreśla Ola Kubacka-Duńczyk. - Udział w takich spotkaniach i kontakt z grupami wsparcia pomaga także otworzyć się na możliwości, które w tych trudnych chwilach wydają się niedostępne. W grupie panie mogą znów poczuć, że mogą żyć i cieszyć się życiem.

Większość z nas ma wokół siebie kogoś kto choruje lub chorował na nowotwór. Część osób zaś doświadczyła tej diagnozy osobiście. Dlatego tak ważne jest, aby każdy z nas sięgał po wiedzę o profilaktyce, przechodzeniu przez proces leczenia i sposobach powrotu do życia po chorobie - zauważa Dorota Rybarczyk, onkokosmetolog z Akademii Walki z Rakiem.

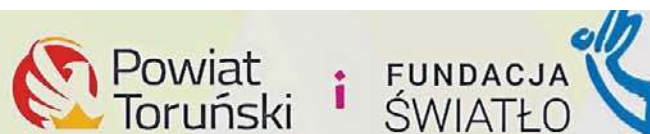
- Statystyki wynikające z badań, które przeprowadzałam na potrzeby mojej pracy magisterskiej o skutkach leczenia onkologicznego i metodach ich minimalizacji, pokazują, że na pierwszym miejscu wśród swoich potrzeb pacjentki onkologiczne wymieniają wsparcie psychoonkologiczne. Zaraz po nim jest wsparcie fizjoterapeutyczne

i na trzecim miejscu wsparcie kosmetyczne - tłumaczy Dorota Rybarczyk. - Z racji tego, że jestem onkokosmetologiem spotykam się też z bardzo licznymi pytaniami związanymi z wyglądem i wpływem na niego leczenia onkologicznego. Spotkania takie jak „RAZEM przeciwko rakowi” są świetną okazją do tego aby znaleźć na nie odpowiedzi. Ale także nawiązać relacje, kontakty, czy zdobyć wiedzę jak i gdzie potrzeby pacjentów i ich bliskich można zrealizować. Warto przyjść i dowiedzieć się nie tylko tego jak z rakiem postępować, gdy już zostanie zdiagnozowany, ale też tego jak go unikać.

Zapisz się i przyjdź

Udział w wydarzeniu jest bezpłatny. Liczba miejsc jest jednak ograniczona i w związku z tym obowiązują zapisy. Chęć udziału w spotkaniu można zgłosić telefonicznie pod nr 56 662 88 52 (54) w godzinach pracy Starostwa Powiatowego w Toruniu, wysyłając e-mail na adres p.gebarska@powiattorunski.pl lub poprzez prosty formularz google, do którego linki można znaleźć na stronie internetowej i profilu w mediach społecznościowych Powiatu Toruńskiego.

Organizatorzy proszą, aby w treści zgłoszenia podać liczbę uczestników oraz dane kontaktowe do osoby potwierdzającej udział.



ZAPRASZAJĄ NA

SPOTKANIA

DLA OSÓB DOTKNIĘTYCH CHOROBAŁĄ NOWOTWOROWĄ I ICH RODZIN



PRELEKCJE SPECJALISTÓW



PORADY PRAKTYKÓW

WTOREK 28 PAŹDZIERNIKA 2025, GODZ. 17.00 - 19.00

BIBLIOTEKA CENTRUM KULTURY W ŁUBIANCE, UL. TORUŃSKA 4

WTOREK 4 LISTOPADA 2025, GODZ. 17.00 - 19.00

LUBICKA PRZYSTAŃ INTEGRACJI, LUBICZ DOLNY, UL. TORUŃSKA 36A

WSTĘP WOLNY - ILOŚĆ MIEJSC OGRANICZONA

ZESKANUJ
I SPRAWDŹ



prosimy o potwierdzenie obecności pod nr tel. 56 662 88 52/54 lub mailem: p.gebarska@powiattorunski.pl

MAGAZYN

SPORTOWY24

27.10.2025

Arriva Lotto przegrywała już różnicą 19 punktów w Krośnie, ale torunianie grali coraz lepiej, odrobili straty i wygrali pierwszy raz w sezonie STR. 16



FOT. AGNIESZKA BIELECKA

Twarde Pierniki nie dały się złamać

**CZERESZEWSKI
O LECHU, LEGII
I SZANSACH W LIDZE
KONFERENCJI
STR. 12**

**Zawisza w derbach
lepszy od Wdy, koniec
serii Elany, punkt
Olimpii w II lidze
STR. 15**

**Tomasz Bajerski
rozlicza się z Polonią.
Mówi o finale, torze,
Woźniaku i Kanclerzu
STR. 17**

SPORTOWY24.PL

Doświadczeni mistrzowie za plecami debutanta

Łukasz Konstanty
redakcja@polskapress.pl

Ryoyu Kobayashi wygrał sobotni konkurs Letniego Grand Prix w skokach narciarskich w Klingenthal. Ósmą lokatę w debiucie zajął Kacper Tomasiak.

Podstawowe pytanie, jakie polscy kibice zadawali sobie przed sobotnią rywalizacją, brzmiało: jak poradzi sobie wśród gwiazd debiutujący w zawodach Kacper Tomasiak? Młokos dobrze wypadł w seriach próbnych, był też najlepszym z Biało-Czerwonych w piątkowych kwalifikacjach (9. miejsce), wydawało się więc, że premiera w wykonaniu osiemnastolatka powinna być udana, o ile w najważniejszych momentach nie dopadnie go trema.

Zwycięzca tegorocznej klasyfikacji generalnej Letniego Pucharu Kontynentalnego najwyraźniej ze stresem potrafi sobie świetnie radzić, dobrą dyspozycję z treningów potwierdził bowiem w pierwszej serii. Uzyskał 132 metry i na półmetku plasował się na znako-

mitej szóstej pozycji. W finałowej części zawodów pofrunął co prawda krócej, uzyskując 126 metrów, wystarczyło to jednak do tego, by zawody zakończyć na ósmej lokacie - najwyższej spośród wszystkich naszych skoczków.

- Nie miałem oczekiwań wynikowych przed Klingenthal. Generalnie całe lato mogę zaliczyć na bardzo duży plus, ale jest jeszcze trochę do poprawy przed zimą - skromnie swoje ostatnie osiągnięcia przed kamerami Eurosportu ocenił osiemnastoletni Polak.

Po pierwszej serii o wysokim miejscu mógł myśleć także Kamil Stoch, który skoczył 130,5 metra, plasował się na siódmej pozycji, a do Tomasiaka tracił zaledwie 0,7 pkt. Drugi skok był już jednak nieudany - tylko 116 metrów zepchnęło trzykrotnego mistrza olimpijskiego na 20. miejsce.

- Chciałem iść na maksa i zrobić wszystko z pełną energią, ale w konsekwencji znów się usztwytniłem za progiem. Niby wszystko było OK, ale nie dałem się wynieść, co kosztowało mnie jakieś piętnaście metrów - ocenił swoją finałową



Kamil Stoch (na zdjęciu) w Klingenthal oglądał plecy debiutującego Kacpra Tomasiaka

próbę trzykrotny złoty medalista olimpijski.

Dla Stocha sobotni konkurs był ostatnim występem w Letnim Grand Prix, jeśli chodzi o zmagania indywidualne. Ostatnim w ogóle była natomiast niedzielna rywalizacja drużyn mieszanych. Po sezonie 2025-2026 skoczek zakończy obfitującą

w sukcesy karierę. Na szczęście na horyzoncie pojawił się Tomasiak, który daje nadzieję, iż wraz z odejściem starych mistrzów nie skończy się pasmo polskich sukcesów.

- Kacper skacze bardzo dobrze już od połowy lata. Mieliśmy wspólne treningi i po jednym opadła mi szczęka. Rusza-

liśmy z tych samych rozbiegów, a on mi dokładał po pięć metrów. Jeszcze wtedy sądziłem, że ma za duży kombinezon - żartował po sobotnich zawodach Stoch, dodając już potem całkiem serio, iż młodzieniec za imponował mu przede wszystkim spokojnym podejściem do zawodów.

W finałowej serii wystąpili jeszcze dwaj Polacy. Dawid Kubacki, który na półmetku był trzynasty, ostatecznie uplasował się na 19. lokacie (uzyskał 120,5 i 124 m). Z kolei Piotr Żyła (126 i 130 m) zakończył zmagania oczko wyżej. Do trzydziestki nie awansowali natomiast Paweł Wąsek oraz Aleksander Zniszczoł.

Wyniki - konkurs indywidualny: 1. Ryoyu Kobayashi (Japonia) 270,2 (144 i 134 m), 2. Philipp Raimund (Niemcy) 262,9 (131 i 136 m), 3. Domen Prevc (Słowenia) 258,3 (135 i 134 m)... 8. Kacper Tomasiak 233,1 (132 i 126 m), 18. Piotr Żyła 215,1 (126 i 130 m), 19. Dawid Kubacki 213,8 (120,5 i 124 m), 20. Kamil Stoch 213,6 (130,5 i 116,5 m)... 35. Paweł Wąsek 92,6 (116 m), 44. Aleksander Zniszczoł 82,5 (114,5 m).

Klasyfikacja końcowa LGP: 1. Raimund 490 pkt., 2. Sakutaro Kobayashi (Japonia) i Niklas Bachlinger (Austria) po 391... 5. Stoch 319, 7. Kubacki 306, 11. Maciej Kot 211, 12. Żyła 200, 21. Zniszczoł 120, 57. Tomasiak 32, 58. Wąsek 30.

Wyniki - konkurs drużyn mieszanych: 1. Japonia (Nozomi Maruyama, Ren Nikaido, Sara Takanashi, R. Kobayashi) 888,9, 2. Słowenia (Nika Vodan, Anze Lanisek, Nika Prevc, D. Prevc) 882,0, 3. Norwegia (Anna Odine Stroem, Kristoffer Eriksen Sundal, Heidi Dyhre Traasrud, Halvor Egner Granerud) 838,1... 7. Polska (Nicole Konderla-Juroszek, Tomasiak, Anna Twardosz, Stoch) 683,5. ©

Czereszewski: Dzwon w Lubinie pomógł Legii, Lecha nie da się wytłumaczyć

Jaromir Kruk
redakcja@polskapress.pl

Rozmowa z Sylwestrem Czereszewskim, który przed laty z Legią zdobył mistrzostwo Polski, krajowy puchar i Superpuchar, a rozegrał też przyzwoity sezon w barwach Lecha Poznań.

23-krotny reprezentant Polski, bohater spotkania z Bułgarią w Burgas w eliminacjach Euro 2000, obecnie zajmuje się szkoleniem młodzieży w rodzinnych stronach w Warmii.

Wygrana Legii z Szachtarem to miła niespodzianka?

Została wywalczona w trudnym okresie, nic lepszego nie mogło się Legii teraz zdarzyć, ale patrząc na reakcję trenera Edwarda Iordanescu po zwycięskiej bramce, zastanawiam się, czy był zadowolony, zaskoczony, czy pogodził się wcześniej z losem... Piłkarzom Legii w spotkaniu z Szachtarem pomogła zadyma wokół klubu, przydało się też doświadczenie z Europy, wygrane w ostatnich latach z silnymi przeciwnikami, jak Chelsea, Aston Villa, Betis, Leicester. Fajnie jednak takie sukcesy przenosić na mecze w ekstraklasie, bo każda kolejna przegrana oddala od czo-

łówki. Dzwon w Lubinie wyszedł jednak na dobre zawodnikom, bo to oni są na boisku, nie szkoleniowiec. Szachtar był dla polskich zespołów przez lata nieosiągalny, ale okazało się, że można z nim wygrać. Dwa strzały życia Rafała Augustyniaka dały Legii cenne zwycięstwo. Jak oglądał dziś mecze w europejskich pucharach, to żałuję, że kiedy ja grałem, nie było takiej Ligi Konferencji z fazą ligową. Kiedyś trafiało się na bardzo silnego przeciwnika z Włoch czy Hiszpanii i odpadało się, choć niekiedy w spotkaniu miało się pięć okazji, oni dwie. Ta Liga Konferencji, z której niektórzy się śmieją, to znakomite rozgrywki. Ekstraklasa rywalizuje z zespołami na podobnym poziomie, choć czasami zdarzają się europejscy giganci jak Chelsea, ostatni triumfator. Można się pokazać i zarobić, więc kluby są zadowolone. Drwin nie rozumiem.

Na drwiny naraził się po porażce na Gibraltarze z Lincolnem Lech Poznań. Można to jakoś wytłumaczyć?

Lech to chimeryczny zespół, można się po nim wszystkiego spodziewać. Nie ma co jednak szukać usprawiedliwień, bo z Lincolnem po prostu był babol. To, czy grali w rezerwo-



Cenny remis wywalczył też Raków. Drużyna Papszuna strzeliła pięknego gola, ale można jej wbić kilka szpilek...

wym składzie, na sztucznej nawierzchni, nie tłumaczy nic. Powtórzę: na boisku są piłkarze, nie trener. Wiadomo, że na sztucznym boisku piłka inaczej się zachowuje, ale przecież futbol na Gibraltarze raczkuje. A oszczędzanie się w pucharach na ligę? Wiemy, jak niedawno wyszło to Legii, która po przegranej z Samsunsporem poległa w kiepskim stylu w Zabrzu z Górnikiem.

Jagiellonia to już klasowy europejski team?

Wydaje mi się, że tak. Grają najlepszymi w danym momencie, nie kombinują, nie mówi się, że ktoś jest zmęczony. Podoba mi się zarządzanie klubem, drużyną, a wyjazdowy remis z silnym francuskim Strasbourgiem robi wrażenie i nie wziął się z przypadku. Cenny remis wywalczył też Raków Częstochowa w Ołomuńcu - pod-

opieczni Marka Papszuna strzelili pięknego gola. Jednak Rakówowi można wbić parę szpilek. Kompletnie nie rozumiem stylu preferowanego przez Raków, tak zachowawczo nie wypada grać. Raz, drugi wyjdzie, trzeci i czwarty nie, a przede wszystkim męczy się kibiców. Chyba nie po to ściąga się zawodników za takie pieniądze, dużo im się płaci, żeby nudzić i zamiast piłki nożnej oferować szachy.

Tym bardziej że w Europie kunktatorstwo już się nie opłaca...

Według mnie kapitalnym pomysłem UEFA było wprowadzenie do pucharów fazy ligowej. To był cios w minimalizm, zachowawczość. Teraz nie opłaca się remisować, trzeba wygrywać. Rekordowa liczba goli w Lidze Mistrzów pokazuje, że wybrano odpowiedni kierunek w klubowej piłce. Fani oczekują widowisk i je dostają. Proszę przypomnieć sobie tegoroczny finał Ligi Mistrzów w Monachium. PSG trafiło Inter raz, drugi i atakowało dalej, ostatecznie wygrało rekordowo 5:0. Włoska liga została trochę z tyłu, porównując do innych z topu, bo gdzieś w głowach trenerów, piłkarzy siedzi to kunktatorstwo. AC Milan, taki po-

teczny skład, remisuje 2:2 z Pisą, po strzeleniu gola myśli o obrocie... Serie A brakuje artystów, jacy są w Hiszpanii, Anglii, w Niemczech, Francji. Włosi muszą jakoś zareagować, a ich reprezentacji przecież brakowało na dwóch mundialach z rzędu, a o najbliższy najpewniej powalczą w barażach, bo Norwegii już nie wyprzedzi.

Możesz sobie wyobrazić awans czterech polskich klubów do fazy pucharowej Ligi Konferencji 2025/2026?

Jestem przekonany, że trzy wejdą, jedna może odpadnie, lecz trzymam kciuki za cały kwartet. Polskie kluby przełamują bariery, potrafią zdobywać punkty na wyjazdach. Wpadki się zdarzają, jak Lechowi na Gibraltarze, lecz ekstraklasa nie ma czego się wstydzić. Piłka nożna nas cały czas zaskakuje i uczy. Same mecze się nikomu nie wygrywają, a przed Lechem i innymi polskimi zespołami jeszcze po cztery spotkania w Lidze Konferencji. Możemy się cieszyć, że jest czym się emocjonować, a dobre występy w tych rozgrywkach windują Polskę coraz wyżej w rankingu UEFA. Droga do Ligi Europy i Ligi Mistrzów prowadzi przez Ligę Konferencji. ©

Lekkoatletyka Aleksandra Lisowska – mistrzyni Europy i rekordzistka Polski w biegu maratońskim

W końcu wróciły energia i uśmiech

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

Od lat służy polskim siłom zbrojnym i jest najszybszą naszą maratonką. Rozmawiamy z Aleksandrą Lisowską, która miesiąc temu ustanowiła rekord Polski w biegu na dystansie 42 km i 195 metrów.

Pani Olu, wielkie gratulacje. Jakie wrażenia po Maratonie Berlińskim, w końcu jednym z najszybszych na świecie?

Przede wszystkim dziękuję za gratulację. Pierwsze emocje to wcale nie euforia, ale lekki... niedosyt. Przygotowana byłam na jeszcze szybsze bieganie. Było, jak na maraton, bardzo ciepło. Ale teraz czuję przede wszystkim wdzięczność. Czas 2:24:59 w takich warunkach to dla mnie ważny krok naprzód.

Jednak świat biega już znacznie szybciej.

Tak, w ostatnich latach kobiety biegają maratony coraz szybciej i na tym tle nasz rekord kraju jawi się dość skromnie. Ale wiem, że stać mnie, by w ciągu dwóch sezonów biegać maraton w okolicach 2:23:00. Chcę ponownie walczyć o medal mistrzostw Europy i świata oraz być bardzo wysoko na igrzyskach w Los Angeles.

W ostatnich miesiącach widzimy nową Olę Lisowską

– pełną energii, uśmiechu, pozytywnego myślenia. Dostrzegamy wręcz iskrę w oku... Jakiś Amor?

Amor ten sam od lat! (śmiech) Ale faktycznie, jestem dzisiaj w miejscu pełnym spokoju. Dałam sobie zgodę, by naprawdę usłyszeć siebie. Nie tylko trenować, ale zrozumieć, czego ja potrzebuję sportowo i mentalnie. Odeszłam od presji perfekcyjności, wróciłam do radości z biegania. W końcu wróciły energia, uśmiech, a wraz z nimi wyniki.

Co się dokładnie zmieniło od czasu paryskich Igrzysk XXXIII Olimpiady?

Jeszcze przed Paryżem zakończyłam współpracę z moim wieloletnim szkoleniowcem. Z ogromnym szacunkiem, ale z jasnym poczuciem, że czas na nowy etap. Rozpoczęłam współpracę z trenerem z Belgii. Początki nie były łatwe – potrzebowaliśmy się poznać. Po zimie przemodelowaliśmy trening, połączyliśmy moje doświadczenie z nowymi bodźcami. Teraz czuję się silniejsza niż kiedykolwiek, ale przede wszystkim bardziej świadoma siebie.

Dążąc do dalszego rozwoju, gdzie Pani widzi przestrzeń do poprawy?

Paradoksalnie – moja ambicja. Przez lata potrafiłam chcieć za dużo, za wcześniej. Teraz



W Maratonie Berlińskim Aleksandra Lisowska o blisko minutę poprawiła rekord Polski!

uczę się selekcji i większej mądrości treningowej. Wiem też, że muszę się jeszcze poprawić na krótszych dystansach. I czasem odpuścić we właściwym momencie po to, żeby kolejnego dnia być jeszcze mocniejszą.

A propos przygotowań. Większość topowych zawodników trenuje w Kenii, USA lub Hiszpanii. Pani często wybiera naszą Szklarską Porębę. Dlaczego?

Bo wiem, czego potrzebuję. Wysokość to narzędzie, ale nie jedyne. Moje ciało bardzo dobrze reaguje na polską wysokość 800-1000 metrów n.p.m., a do tego mam tam swoją rutynę, spokój i skupienie. Natomiast oczywiście, gdyby budżet był większy, częściej korzystałabym także z obozów w innych częściach świata. To nie kwestia braku chęci, tylko priorytetowego planowania środków. Gdy uznamy, że taki wyjazd realnie przyspieszy mój

rozwój, na pewno z niego skorzystam.

O co chodzi? Nie wystartowała Pani w tegorocznych mistrzostwach świata w Tokio. Prawie w tym samym czasie odbywał się „51. BMW Berlin Marathon”...

To była bardzo spokojna, dojrzała decyzja. Początek sezonu nie był idealny i nie chciałam startować na mistrzostwach świata w Tokio bez poczucia pełnej gotowości. W lipcu wró-

ciła czysta radość z treningu i wtedy pojawił się Berlin. Decyzja szybka, z sercem. Efekt? Rekord Polski. Czasem mniej znaczy więcej.

Co jest potrzebne, aby realizować bieżące plany i marzenia?

Zdrowia, ponad wszystko zdrowia. Reszta to cierpliwa praca. W przyszłym sezonie planuję więcej startów na 5 km, 10 km i w półmaratonie, aby podnieść mój fundament szybkościowy. Dzięki wsparciu wojska polskiego, PZLA i mojego partnera strategicznego mam warunki, by robić to na odpowiednim poziomie.

Czy można powiedzieć, że jest Pani ikoną polskiego biegania kobiecego?

Nie mnie to oceniać. Mam ogromną wdzięczność dla ludzi, którzy mi kibicują i czują odpowiedzialność, by inspirować. Ale chcę być bardziej symbolem pracy, wytrwałości i autentyczności niż etykietką.

Gdzie Pani widzi siebie za 10 lat?

Odległa perspektywa, ale... Za 10 lat chcę nadal być blisko sportu. Widzę siebie jako mentorkę dla młodych zawodniczek i kobiet, które marzą, ale jeszcze nie wierzą. Chciałabym współtworzyć system, który nie tylko trenuje, ale uczy odwagi i mądrości. ©

MATERIAL INFORMACYJNY HONEST MEDIA

Złote Kolce 2025 dla Marii Żodzik i Maksymiliana Szweda

Skoczkini wzwyż, wicemistrzyni świata z Tokio, Maria Żodzik oraz specjalizujący się w biegu na 400 metrów Maksymilian Szwed zostali laureatami tegorocznej edycji rankingu Złote Kolce, organizowanego od 1970 roku przez Polski Związek Lekkiej Atletyki i obecnie Przegląd Sportowy. Odkryciem roku został wybrany Maciej Megier, najlepszym trenerem Paweł Wyszynski.

W czwartkowy wieczór Superauto.pl Stadion Śląski ponownie wypełnił się gwiazdami lekkiej atletyki. Tym razem przybyli oni jednak nie w sportowych strojach, a w eleganckich wieczorowych kreacjach. Powód był wyjątkowy – uroczysta Gala ORLEN Złote Kolce Śląskie 2025, podczas której wręczono nagrody w organizowanym od 1970 roku przez Polski Związek Lekkiej Atletyki oraz

obecnie Przegląd Sportowy rankingu Złote Kolce. Wyróżnienie wśród kobiet zdobyła wicemistrzyni świata w skoku wwyż, zawodniczka białostockiego Podlasia, Maria Żodzik.

– Bardzo mi przyjemnie tutaj być. Dziękuję za to wyróżnienie. Jest to dla mnie motywacja do dalszej pracy. Dziękuję trenerowi i całemu sztabowi, który mnie wspierał i pomagał – przyznała, odbierając nagrodę Żodzik.

Najlepszym polskim lekkoatletą sezonu 2025 został z kolei Maksymilian Szwed. Zawodnik klubu AZS Łódź imponował w minionych miesiącach na bieżni. W rywalizacji na 400 metrów zdobył halowe wicemistrzostwo Europy, bijąc przy okazji rekord kontynentu do lat 23. Latem wywalczył medal podczas europejskiego czempionatu zawodników w wieku 20, 21 i 22 lat oraz był podporą reprezentacyjnej sztafety między inny-



Hubert Trościanka podczas Gali Orlen Złote Kolce Śląskie 2025" FOT. PZLA

mi podczas mistrzostw świata i drużynowych mistrzostw Starego Kontynentu.

– W tym roku startowałem 32 razy na 400 metrów. Wydaje mi się, że to był najcięższy sezon w moim życiu. Było dużo imprez, nakładających się na siebie. Było wiele momentów, kiedy chciałem zrezygnować. Pomimo tych ciężkich chwil, chciałbym

podziękować moim rodzicom i najbliższym, że w tych momentach byli ze mną. Dziękuję też mojemu trenerowi Krzysztofowi Węglarskiemu. Bez niego nie byłoby tych medali i tej nagrody. Kiedyś oglądałem taką galę tylko w telewizji, dziś odbieram na niej najważniejszą nagrodę. To pokazuje, że warto walczyć do końca – podkreślił Szwed.

Sukces Maksymiliana Szweda jest pierwszym triumfem przedstawiciela biegu na 400 metrów w rankingu Złotych Kolców od sezonu 2006, kiedy nagrodę zdobył Daniel Dąbrowski. Z kolei triumf Marii Żodzik jest historyczny – nigdy wcześniej Złote Kolce nie trafiły w ręce przedstawicielki skoku wwyż. Za sukcesem zawodniczki stoi też trener Paweł Wyszynski, uznany szkoleniowcem roku w polskiej lekkiej atletyce. Głównym sponsorem gali było Województwo Śląskie, a partnerami Toyota Okęcie i 4F. Rozdano nagrody również w innych kategoriach, m.in. odkrycie roku, trener roku czy wydarzenie roku.

Gala Orlen Złote Kolce Śląskie 2025 – podsumowanie głównych nagród Złote Kolce

1. Maria Żodzik
2. Pia Skrzyszowska
3. Natalia Bukowiecka
4. Anita Włodarczyk i Anna Wielgosz

5. Katarzyna Zdziebło

1. Maksymilian Szwed

2. Jakub Szymański
3. Filip Rak
4. Maciej Megier
5. Paweł Fajdek

Trener roku: Paweł Wyszynski

Odkrycie roku: Maciej Megier

Nagroda specjalna Przeglądu Sportowego im. Macieja Petruczenki: Hubert Trościanka

Paralekkoatleta: Faustyna Kottowska

Mecenas polskiej LA: Ministerstwo Sportu i Turystyki

Sponsor roku: Orlen

Wydarzenie roku: Silesia Memoriał Kamili Skolimowskiej

Partner medialny: TVP Sport

Przyjaciel polskiej LA: Roman Sabaj

Obiekt roku: Superauto.pl

Partner infrastruktury lekkoatletycznej: superauto.pl

Sponsorzy PZLA: 4F, Nestle, Polanik, Toyota Okęcie, Tryumf, Business Travel Club, LUX MED

Grabara bohaterem „Wilków”

Łukasz Konstanty
redakcja@polskapress.pl

BUNDESLIGA. Kamil Grabara obronił rzut karny, a jego Wolfsburg ograł 1:0 na wyjeździe HSV Hamburg.

Pierwsza część spotkania zbliżała się ku końcowi, gdy Konstantinos Koulierakis sprokurował rzut karny dla gospodarzy. Piłkę na jedenastym metrze ustawił Ransford Konigsdorfer, ale reprezentant Polski wykazał się zakomitą wyczuciem, odbił piłkę, a żaden z partnerów niefortunnego strzelca nie był w stanie skutecznie poprawić.

Sytuacja miała miejsce przy prowadzeniu „Wilków” 1:0. W 15. minucie Adam Daghim poradził sobie z byłym graczem Radomiaka Radom Łuką Vuskoviciem, a następnie ładnym uderzeniem wpakował piłkę do bramki. Dzięki dobrej postawie Grabary, który oprócz obronionego rzutu karnego zanotował kilka innych udanych interwencji, wspomniany gol dał przyjeźdnym trzy punkty. To pierwsza wygrana zespołu dowodzonego przez



FOT. IMAGO/BERND FEIL /M.I.S./EAST NEWS

Kamil Grabara w sobotę po raz pierwszy w bieżącym sezonie zachował czyste konto w ligowym meczu

Paula Simonisa od dwóch miesięcy - wcześniej jedyne w bieżącym sezonie zwycięstwo drużyna odniosła na inaugurację rozgrywek z Heidenheim na wyjeździe.

- Jestem dumny z drużyny, która dobrze zareagowała po ostatnich niepowodzeniach - mówił po spotkaniu opiekun Wolfsburga, który szczerze przyznał, że jego podopieczni

w sobotę wcale nie byli lepsi od rywala.

Bardzo długo z zamykającą tabelę Borussią Mönchengladbach męczył się Bayern Monachium, i to mimo faktu, że przeciwnik od 19. minuty musiał grać w osłabieniu. Czerwoną kartkę za brutalny faul zobaczył bowiem Jens Castrop. Grający w dziesiątkę gospodarze skupiali się na defensywie i dość

długo udawało im się utrzymać wynik remisowy. Duża w tym zasługa Bawarczyków, którzy w pierwszej części gry zdecydowanie zbyt rzadko zagrażali rywalowi.

Podopieczni Eugena Polanskiego pękli w 64. minucie, a autorem gola był Joshua Kimmich. Kilka minut później podwyższył Raphael Gurreiro. Kontanktowego gola mógł strzelić Kevin Stoecker w 75. minucie, ale z rzutu karnego trafił w słupek. Kilka chwil później mistrz kraju trafił po raz trzeci i było po zabawie.

- W pierwszej połowie zagraliśmy solidnie w obronie. Po przerwie przeciwnik mocniej przycisnął, co skutkowało utratą trzech goli - podsumował gracz Borussii Stoecker. ©

BUNDESLIGA

8 kolejka: Werder - Union 1:0 (Grull 72), **Hoffenheim - Heidenheim 3:1** (Asllani 18, Lempere 45+2, Kramarić 63 - Schimmer 75), **Hamburg - Wolfsburg 0:1** (Daghim 15), **Eintracht - St. Pauli 2:0** (Burkardt 36 i 56), **Borussia M. - Bayern 0:3** (Kimmich 64, Guerreiro 69, Karl 81), **Augsburg - RB Lipsk 0:6** (Diomande 10, Cardoso 18, Nusa 22, Baumgartner 38, Ouedraogo 56, Lukeba 65), **Borussia D. - Köln 1:0** (Beier 90+6).

„Lewy” ciągle w cenie i na liście życzeń potentatów

Jacek Kmieciak
redakcja@polskapress.pl

LA LIGA. Wprawdzie w niedzielnym El Clasico (pierwszym w tym sezonie) Robert Lewandowski nie zagrał z powodu kontuzji, ale polski golemator wciąż wzbudza ogromne zainteresowanie.

Mimo 37 lat na karku „Lewy” nadal jest cenionym napastnikiem, którego chciałyby widzieć w swoich szeregach marowe kluby.

Obecny sezon najpewniej będzie ostatnim Roberta Lewandowskiego w barwach Barcelony. Trzyletni kontrakt automatycznie został przedłużony na kolejny, obecny sezon, ale wątpliwe, by „Blaugrana” zatrzymała Polaka na następnej kampanii.

Lewandowski wprawdzie chciałby na dłużej zapuścić korzenie w stolicy Katalonii, zwłaszcza że w Barcelonie znakomicie czuje się jego żona Anna, rozwijająca na miejscu swój biznes w branży fitness,

ale „cules” będą chcieli odświeżyć środek ataku i postawić na młodego, perspektywicznego snajpera.

„Lewy” jednak nadal pozostaje łakomym kąskiem na rynku transferowym i kilku potentatów już ostrzy sobie zęby na kapitana reprezentacji Polski.

Cristiano Ronaldo miał wskazać Polaka jako swojego partnera w Al Hilal Rijad. Chętnie zatrudniłby go w Atletico Madryt argentyński trener Diego Simeone.

Hiszpański portal fichajes.net doniósł natomiast o zainteresowaniu „Lewym” przez Manchester United. ©

LA LIGA

10 kolejka: Valencia - Villarreal 0:2 (Moreno 45, Comensana 57), **Athletic Bilbao - Getafe 0:1** (Mayoral 75), **Espanyol - Elche 1:0** (Romeo 47), **Girona - Real Oviedo 3:3** (Stuani 64, 90 karny, Ounahi 83 - Vinas 38 karny, Rondon 57, Carmo 90+7), **Real Sociedad San Sebastian - Sevilla 2:1** (Oyarzabal 19 karny, 36 - Gudielj 30). Prowadzi Real Madryt - 24 punkty, przed Barceloną - 22 punkty (przed wczorajszym El Clasico). Tabelę zamykają Girona i Real Oviedo - po 7 punktów.

Nowości Dziennik Toruński
Poniedziałek, 27.10.2025

Fatalna passa Liverpoolu. Czwarta porażka z rzędu

Zbigniew Czyż
zbigniew.czyz@polskapress.pl

PREMIER LEAGUE. Trwa fatalna passa mistrza Anglii. Brońący tytułu Liverpool doznał czwartej ligowej porażki z rzędu i piątej w ostatnich sześciu meczach.

Zespół z Anfield przegrał w 9. kolejce na wyjeździe Brentfordem 2:3. Po udanym meczu Ligi Mistrzów w środku tygodnia, gdy Liverpool rozgromił na wyjeździe Eintracht Frankfurt aż 5:1, kibice mistrza Anglii musieli po raz kolejny przełknąć gorycz ligowej porażki. W pierwszej połowie sobotniego meczu gruzińskiego bramkarza Giorgiego Mamardashwilego pokonali reprezentant Burkina Faso Dango Ouattara w 29. minucie oraz Niemiec Kevin Schade w 45. minucie.

Tuż przed przerwą, w piątej minucie doliczonego czasu gry pierwszej odsłony, stratę zmniejszył Węgier Milos Kerkez i goście przegrywali 1:2. Po zmianie stron gospodarze powiększyli przewagę w 60. minucie po trafieniu z rzutu karnego Brazylijczyka Igora Thiago. Wynik spotkania ustalił na 120 sekund przed końcem pojedynku Mohamed Salah. Dla Egipcjanina był to pierwszy gol od 17 września, gdy trafił do bramki w meczu Ligi Mistrzów przeciwko Atletico Madryt.

Czwarta ligowa porażka komplikuje sytuację Liverpoolu w kontekście walki o obronę tytułu, a kryzys wydaje się być coraz bardziej wyraźny, choć nic go nie zapowiadało. Podopieczni holenderskiego trenera Arne Sloty na początku sezonu prezentowali mistrzowską formę: wygrali pięć pierwszych meczów ligowych i pokonali wspo-

mniane Atletico oraz Southampton w Pucharze Anglii. Od ostatniego zwycięstwa, które odnieśli 23 września, ich bilans to pięć porażek przerywanych wygraną z Eintrachtem.

W innych sobotnich meczach 9. kolejki Premier League Manchester United - pogromca Liverpoolu z ubiegłego tygodnia - wygrał na własnym stadionie z Brighton & Hove Albion 4:2. Niespodziewanym wiceliderem został Sunderland, który na wyjeździe pokonał Chelsea Londyn 2:1. Gospodarze objęli prowadzenie po голу już w 4. minucie Argentyńczyka Alejandro Garnacho, ale potem do bramki trafiali już tylko rywale The Blues. W 22. minucie wyrównał Francuz Wilson Isidor, a decydujący cios zadał Chelsea w trzeciej minucie doliczonego czasu gry 20-letni Marokańczyk Chemsidine Talbi.

Trzeciej z rzędu ligowej porażki doznał West Ham Łukasz Fabiańskiego. Zespół Polaka tym razem uległ na wyjeździe drużynie Leeds 1:2. Bramki dla gospodarzy zdobywali Aaronson w 3. minucie i Rodon 12 minut później. Honorowe trafienie dla gości zaliczył w 90. minucie Fernandes. Ostatnie ligowe zwycięstwo West Ham odniósł niemal dwa miesiące temu, gdy pokonał na wyjeździe Nottingham Forest 3:0.

©

PREMIER LEAGUE

Wyniki 9. kolejki: Leeds - West Ham 2:1 (Aaronson 3, Rodon 15 - Fernandes 90), **Chelsea - Sunderland 1:2** (Garnacho 4 - Isidor 22, Talbi 90+3), **Newcastle - Fulham 2:1** (Murphy 18, Bruno 90 - Lukić 56), **Manchester United - Brighton 4:2** (Cunha 24, Casemiro 34, Mbeumo 61, 90+6 - Welbeck 74, Kostoulas 90+2), **Brentford - Liverpool 3:2** (Outtara 5, Schade 45, Thiago 60 - Kerkez 45+5, Salah 89).

Dublet Hakimiego i powrót PSG na top

Jacek Kmieciak
redakcja@polskapress.pl

LIGUE 1. Po dwóch remisach w lidze francuskiej mistrz kraju i zdobywca Ligi Mistrzów PSG wrócił na zwycięską ścieżkę, pokonując na wyjeździe Brest 3:0.

Marokański obrońca i jednocześnie kapitan PSG Achraf Hakimi dał paryżanom prowadzenie na Stade Francis-Le Ble w Breście w 29. minucie po podaniu Portugalczyka Vitinhy. Na 2:0 podwyższył dziesięć mi-

nut później przy asyście Gruzina Chwicz Kwaracchelii.

Były to pierwsze bramki Hakimiego dla PSG w bieżącym sezonie. Wcześniej zaliczył jedynie trzy asysty.

Wynik ustalił francuski napastnik Desire Doue w 6. minucie doliczonego czasu gry po podaniu rodaka Warrena Zaire-Emery'ego.

- Porównywanie zawodników jest trudne i nie lubię tego robić. Każdy z nich jest wyjątkowy. Ale jestem niezwykle zadowolony z występów Hakimiego, Marquinhosa, Nuno,

Pacho, Vitinhy i Zabarnyiego. Jestem naprawdę szczęśliwy, bo mam do dyspozycji niesamowitych zawodników - zauważył trener PSG Luis Enrique. PSG powrócił na pierwsze miejsce z 20 punktami. ©

LIGUE 1

9 kolejka: Lens - Olympique Marsylia 2:1 (Edouard 23 karny, Pavard 53 samobój - Greenwood 17), **Monaco - Toulouse 1:0** (Salis 3), **Brest - Paris Saint-Germain 0:3** (Hakimi 29, 39, Doue 90+6), **Paris FC - Nantes 1:2** (Chergui 15 - El Arabi 2, Abline 38). Prowadzi PSG z 20 punktami przed Lens - 19 pkt i Olympique Marsylia - 18 pkt. Tabelę zamyka Metz - 2 pkt.

Pierwszy gol Adama Buksy

Łukasz Konstanty
redakcja@polskapress.pl

SERIE A. Polski napastnik zdobył pierwszą bramkę w lidze włoskiej, a jego Udinese pokonało Lecce 3:2.

Adam Buksa mecz z reguły zaczyna na ławce rezerwowych i nie inaczej było także w sobotę. Trener Kosta Runjajic tym razem dał mu jednak zagrać aż 45 minut, a zawodnik odwzajemnił się trafieniem w końcówce spotkania - po dobrym podaniu wbiegł z piłką w pole karne, mi-

nał jednego z rywali i posłał piłkę do bramki.

Mniej powodów do zadowolenia miał Piotr Zieliński, który wraz z Interem Mediolan gościł w Neapolu, a więc na stadionie swojego poprzedniego klubu. Polak na boisku pojawił się w 32. minucie, zmieniając kontuzjowanego Henricha Mchitariana, a przywitały go gwizdy kibiców. Po zakończeniu meczu ani on, ani jego koledzy nie mieli powodów do radości. Spotkanie zakończyło się porażką (1:3), a trenera może niepokoić, że jego zespół ma jedną z gorszych

defensyw w lidze - stracił w ośmiu meczach aż 11 goli.

Po raz pierwszy od miesiąca w Serie A zagrał Nicola Zalewski, który wytrzymał na boisku pełne 90 minut, a jego Atalanta zremisowała na wyjeździe z Cremonese 1:1. ©

SERIE A

8. kolejka: Milan - Pisa 2:2 (Leao 7, Athekame 90+3 - Cuadrado 60 k, Nzola 86), **Parma - Como 0:0**, **Napoli - Inter 3:1** (De Bruyne 33 (k), McTominay 54, Anguiss 67 - Calhanoglu 59 (k)), **Udinese - Lecce 3:2** (Karlstroem 16, Davis 37, Buksa 89 - Berisha 59, Ndi 90+6), **Cremonese - Atalanta 1:1** (Vardy 78 - Crescinini 84).

Piłka nożna W Betclie 3. Lidze porażki Elany Toruń i Tłuchowii Tłuchowo

Zawisza pokonał w derbach Wdę i wrócił na zwycięską ścieżkę

Marcin Kozłowski
marcin.kozlowski@polskapress.pl

WDA ŚWIECIE - ZAWISZA BYDGOSZCZ 0:1 (0:1)

Bramka: Michał Cywiński (45-karny).
Wda: Tkaczyk - Słaby, Dziarkowski, Cieślak - Skupień (67. Januszewski), Wenerski, Dawid (78. Ratkowski), Jaskólski (85. Tyborczyk), Nawrocki (85. Wypij) - Kalitta, Woźny.

Zawisza: Oczkowski - Sławek, Golak, Staniak, Nowak (82. Wszolek) - Urbański, Szramowski (55. Kona) - Bogusiewicz (75. Strzyżewski), Cywiński, Rak (75. Prałat) - Kozłowski (82. Śmiglewski).

W 5. minucie zza pola karnego uderzył Michał Cywiński, ale Jarosław Tkaczyk był na miejscu. Trzy minuty później Jakub Skupień idealnie obsłużył Michała Kalittę, który z kilku metrów strzelił nad poprzeczką bramki Michała Oczkowskiego. Później trwała walka w środku pola i obie drużyny nie stworzyły sytuacji do zdobycia gola. Tuż przed przerwą sędzia dopatrywał się w polu karnym faulu Łukasza Wenerskiego na Sebastianie Raku, a jedenastkę na gola zamienił Michał Cywiński, choć Tkaczyk był bliski obrony.

Po zmianie stron przeważali bydgoszczanie, którzy nie stworzyli sobie jednak żadnej stuprocentowej okazji do podwyższenia prowadzenia. W 80. minucie groźnie zaatakowała Wda, ale po wrzucie Huberta Cieślaka w pole karne gości dobrze interweniował Oczkowski.

- Wolałbym wygrać 1:0 po brzydkim meczu, niż przegrać 0:1 po dobrej grze. Zawisza to zespół z dużą jakością, który w większości meczów prowadzi grę, więc staraliśmy się dobrze bronić. W pierwszej połowie zespół bardzo dobrze realizował taktyczne założenia i po jednym z odbiorów piłki Michał Kalitta mógł zdobyć gola. Po zmianie stron goście nie zamierzali już prowadzić gry, co oznaczało, że chcą spotkanie - mówiąc po piłkarsku - przepchnąć to im się udało. Jestem bydgoszczaninem i gratuluje im zdobycia trzech punktów - powiedział Krzysztof Urtowski, trener Wdy.

- To był trudny, a mówiąc szczerze brzydki mecz - takie typowe derby walki. Graliśmy na ciężkim boisku i w poczynaniach obu zespołów było dużo niedokładności. Najważniejsze, że wygraliśmy. Ostatnio prezentowaliśmy się dobrze,



FOT. ŁUKASZ SZALKOWSKI

W derbach województwa Wda Świecie - Zawisza Bydgoszcz nie brakowało walki na boisku

a wyniki były słabe bowiem brakowało nam wykończenia akcji. Teraz przepchnęliśmy spotkanie, choć mieliśmy jeszcze okazję do zdobycia goli. Dzięki zwycięstwu w Świecie dogoniliśmy w tabeli Polonię, punkty straciły też inne zespoły z czołówki - skomentował mecz Marcin Łukaszewski, dyrektor sportowy Zawiszy.

W następnej kolejce Wda zagra w derbach w Tłuchowie z Tłuchową. Zawisza gościć będzie lidera Lecha II Poznań.

ELANA TORUŃ - POGOŃ II SZCZECIN 1:2 (0:2)

Bramki: Oskar Sikorski (87-karny) - Patryk Paryzek (32), Jacek Czapliński (45).
Elana: Procek - Lipka (52. Raniszewski), Korpalski, Sikorski - Józwicki (59. Kisiel), Kamiński, Woroniecki, Stawski - Zbun (59. Wojtyra), Rożnowski, Hashidate (79. Gabrych).

Elana nie przegrała od 22 sierpnia i notowała znakomitą serię: sześć zwycięstw i trzy remisy. Ostatnio jako pierwsza drużyna zabrała punkty Zawiszy na jego stadionie. Gospodarze po słabym początku zgromadzili dotychczas 24 pkt. i przed meczem zajmowali 7. lokatę. Rezerwy ekstrakligowca w obecnym sezonie spisują się przeciętnie i mając na koncie zaledwie 10 pkt. byli w strefie spadkowej (16. miejsce). Kibice żółto-niebieskich liczyli zatem na kolejną wygraną swojej drużyny.

Pierwsza połowa spotkania nie ułożyła się po myśli gospodarzy. Rezerwy ekstrakligowca

prowadzili bowiem po golach Patryka Paryzka i Jacka Czaplińskiego. Kilka minut po zmianie stron szcecinianie mogli podwyższyć na 3:0, ale nie wykorzystali rzutu karnego. Elana jedyną bramkę zdobyła dopiero w 87. minucie, kiedy rzut karny (faulowany był Dawid Wojtyra) wykorzystał Oskar Sikorski.

- Nie ma co ukrywać, że zegraliśmy słaby mecz i nasza świetna passa została zakończona. Spotkanie przegraliśmy w podejściu do niego. Piłkarze zrealizowali bowiem może 20 procent taktycznych założeń. Zabrakło nam determinacji, agresji w walce o piłkę. Uczulałem drużynę, by nie zostawiać młodym zawodnikom Pogoni zbyt wiele miejsca. Szczególnie do przerwy bardzo słabo prezentowaliśmy się. Po przerwie było lepiej, ale przegraliśmy - powiedział Rafał Więckowski, trener Elany.

Następnym rywalem Elany będzie na wyjeździe Unia Swarzędz.

LECH II POZNAŃ - TŁUCHOWIA TŁUCHOWO 2:1 (0:1)

Bramki: Kamil Jakóbczyk (47), Tymoteusz Gmur (61) - Damian Figura (11).
Tłuchowia: Mikołajczak - Brejnak, Żolik, Mazurowski, Horvat (68. Strus), Wolert (68. Leszczyński), Figura, Kolbus, Kieplin, Zaborowski, Walczak (68. Szczutowski).

Spotkanie wspaniale rozpoczęło się dla gości. Już w 1. minucie Dawid Kieplin podał do Damiana Figury, a ten pięknym strzałem z dystansu pokonał bramkarza lechitów. Po drażnieniu gospodarze ruszyli do ataków i do końca pierwszej połowy gra toczyła się praktycznie na połowie Tłuchowii, która skutecznie broniła się. Na przerwę zespoły schodziły przy niespodziewanym prowadzeniu beniaminka z Kujaw.

Tuż po zmianie stron było już jednak 1:1, a na listę strzelców wpisał się Kamil Jakóbczyk. Rezerwy mistrza Polski nadal dominowały na boisku i nie pozwalały na wiele podopiecznym Arkadiusza Batora. Niestety, tłuchowianie nie byli już tak skoncentrowani, jak w pierwszej połowie i w 61. minucie stracili drugiego gola po uderzeniu Tymoteusza Gmura. Jak się okazało była to ostatnia bramka w spotkaniu, choć gospodarze mieli kilka okazji do podwyższenia wyniku. Tłuchowia doznała we Wronkach (tam gra Lech II) dziewiętej porażki w sezonie i wróciła do strefy spadkowej.

W następnej kolejce beniaminek z Tłuchowa podejmować będzie Wdę.
Pozostałe wyniki i strzelcy 14. kolejki: Polonia Środa Wielkopolska - Noteć Czarnków 2:6 (Mateusz Mackowiak 37, Bartosz Bartkowiak 52-karny - Kamil Magdziarz 11-karny, Klaudiusz Milachowski 16, Jan Mierzwa 42, Michał Kuskowski 46, 61, Łukasz Norkowski 90); **Lipno Stęszew - Kluczewa Stargard 2:0** (Jakub Rasiak 49, 71-karny); **Błękitni Stargard - Pogoń Nowe Skalmierzyce 1:1** (Damian Niedojad-Bednarczyk 40 - Filip Szewczyk 79-karny); **Flota Świnoujście - Wybrzeże Rewalski Rewal 0:1** (Sebastian Dzikowski 83); **Victoria Września - Unia Swarzędz 3:1** (Jakub Bartkowski 18-karny, Kamil Kanior 21, Marcin Stromecki 36 - Dionata 73); **Cartusia Kartuzy - Wikęd Luzino 3:2** (gol samobójczy 62, Bartosz Bryłowski 75, 90+3 - Dawid Konkol 44, Filip Sosnowski 73).

1. Lech II Poznań	14	31	40-21
2. Zawisza Bydgoszcz	14	30	31-11
3. Polonia Środa Wlkp.	14	30	31-21
4. Cartusia Kartuzy	14	28	27-16
5. Flota Świnoujście	14	26	21-12
6. Wikęd Luzino	13	24	34-20
7. Elana Toruń	14	24	26-20
8. Błękitni Stargard	14	22	27-20
9. Lipno Stęszew	14	17	20-27
10. Wda Świecie	14	17	14-30
11. Kluczewa Stargard	14	16	20-20
12. Noteć Czarnków	14	16	19-20
13. Unia Swarzędz	14	16	17-20
14. Pogoń N. Skalmierzyce	14	14	9-18
15. Pogoń II Szczecin	14	13	23-36
16. Tłuchowia Tłuchowo	14	11	12-29
17. Victoria Września	13	9	14-23
18. Wybrzeże Rewalskie	14	8	5-26

Dwie różne połowy Olimpii

Marcin Kozłowski
marcin.kozlowski@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. W 14. kolejce rozgrywek Betclie 2. Ligi grudniadanie zremisowali z Re-kordem, choć do przerwy prowadzili dwoma golami.

Spotkanie świetnie rozpoczęło się dla Olimpii. Już w 5. minucie do odbitej piłki w polu karnym gospodarzy dopadł Tomasz Kaczmarek i mocnym uderzeniem pokonał Wiktora Kaczorowskiego. Goście poszli za ciosem i już w 13. minucie dołożyli kolejnego gola, którego zdobył Maciej Mas po świetnym podaniu Filipa Koperskiego. Do przerwy goście kontrolowali mecz i wynik nie zmienił się.

Po zmianie stron do śmiałych ataków ruszyli nie mający nic do stracenia bielszczanie. Już w 49. minucie kontaktowego gola strzelił Jakub Ryś. Niestety, w 79 było 2:2 bowiem Daniel Świderski pokonał Sebastiana Sobolewskiego z rzutu karnego. Olimpia straciła zatem dwa punkty i o tym, czy utrzymała pozycję lidera rozstrzygnął wieczorny mecz Unii Skierniewice.

- Możemy żałować, że nie wygraliśmy tego spotkania bowiem do przerwy prowadziliśmy dwoma bramkami. Słabo weszliśmy w drugą połowę. Szybko po rozpoczęciu tej części meczu straciliśmy gola, który zmienił przebieg spotkania. Później zabrakło nam dobrych działań w defensywie, żeby zwyciężyć - powiedział Artur Kosznicki, trener Olimpii.

Kolejnym rywalem białozielonych będzie Sandecja

Nowy Sącz. Mecz w Grudniadzie 2 listopada o godz. 19.30.

REKORD BIELSKO-BIAŁA - OLIMPIA GRUDZIĄDZ 2:2 (0:2)
Bramki: Jakub Ryś (49), Daniel Świderski (77-karny) - Tomasz Kaczmarek (5), Maciej Mas (13).
Olimpia: Sobolewski - Kobryń, Zbiciak, Czajka, Ciupa - Jarzec (66. Moneta), Sewerzyński, Ci-choń, Koperski, Kaczmarek (78. Fietz) - Mas (66. Pawłowski).

Pozostałe wyniki i strzelcy 14. kolejki: Świt Szczecin - ŁKS II Łódź 3:1 (Krzysztof Ropski 28, Sebastian Rogala 39, Mikołaj Lebedyński 48 - Victor Kabziński 86); **KKS Kalisz - Śląsk II Wrocław 1:2** (Mateusz Andruszko 78 - Oskar Wojtczak 88, Simon Schierack 90); **Hutnik Kraków - Zagłębie Sosnowiec 0:0**; **GKS Jastrzębie - Podbeskidzie Bielsko-Biała 2:2** (Jerzy Tomal 35, Marcel Bykowski 90 - Kacper Gach 24, Lucjan Klisiewicz 70); **Chojniczanka Chojnice - Podhale Nowy Targ 0:0**; **Sokół Kleczew - Stal Stalowa Wola 1:1** (Oskar Ku-biak 45 - Bartłomiej Kukułowicz 69); **Sandecja Nowy Sącz - Warta Poznań 1:1** (Rafał Wolsztyński 75 - Tomasz Wojcinowicz 89). Mecz **Resovia Rzeszów - Unia Skierniewice** zakończył się po zamknięciu wydania.

1. Olimpia Grudziądz	14	28	30-19
2. Warta Poznań	14	26	23-17
3. Unia Skierniewice	13	25	26-15
4. Podhale Nowy Targ	14	23	15-11
5. Zagłębie Sosnowiec	14	22	19-19
6. Resovia Rzeszów	13	21	20-14
7. Świt Szczecin	14	21	25-24
8. Stal Stalowa Wola	14	20	27-22
9. Sandecja Nowy Sącz	14	20	22-23
10. Rekord Bielsko-Biała	14	19	20-21
11. Śląsk II Wrocław	14	18	24-22
12. Podbeskidzie B-B	14	18	20-23
13. Sokół Kleczew	14	16	25-25
14. Hutnik Kraków	14	16	22-23
15. KKS Kalisz	14	16	14-17
16. Chojniczanka Chojnice	14	15	20-26
17. ŁKS II Łódź	14	8	12-25
18. GKS Jastrzębie	14	4	10-28

Nie ma mocnych na lidera

MK, MG
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. W 13. kolejce 4. Ligi Kujawsko-Pomorskiej strzelono 28 goli. Aż 7 z nich zdobyła Unia Wąbrzeźno.

Nie zatrzymuje się Chemik Bydgoszcz. Lider tabeli wygrał już 12. mecz w sezonie i ma imponujący bilans goli (+42).

Wyniki i strzelcy 13. kolejki: Cuavia Inowrocław - Noteć Łabiszyn 2:3 (Maksym Siroż 57, Maciej Patyk 83 - Marcin Słowiński 6, Grzegorz Adamski 50, Wiktor Majchrzak 90+3); **GLKS Dobrcz - Mustang Ostaszewo 0:3** (Jakub Sajda 44-karny, Radosław Ankerski 67-karny, Hubert Maciąg 73); **Unia Gniewkowo - Victoria Czernikowo 0:2** (Łukasz Pietrzak 14, 83); **Sparta Brodnica - Orleń Aleksandrów Kujawski 1:0** (Mateusz Brzóska 83); **Piast Kołodziejewo - Start Pruszcz 2:1** (Mateusz Wiktorowicz 8, Bartłomiej Delekt 40 - Marcin Wanat 85); **Unia Solec Kujawski - Chemik Bydgoszcz 0:2** (Jan Chachuła 18, Da-

mian Zagórski 75); **Unia Wąbrzeźno - Lech Rypin 7:0** (Jakub Węgrzyn 8, Aron Maciejewski 23, 65, Jakub Nowak 38, 71, 89, Mikołaj Wojdak 74); **Pogoń Mogiło - Kujawiak Kowal 3:0** (Bartłomiej Feter 27-samobójcza, Bartosz Marczak 72, Przemysław Kędziora 90+1); **Wisła Dobrzyń - Łokietek Brześć Kujawski 1:1** (Kamil Dąbrowski 77 - Hubert Szymczak 70).

1. Chemik Bydgoszcz	13	37	46-4
2. Pogoń Mogiło	13	29	31-13
3. Unia Wąbrzeźno	13	27	28-11
4. Wisła Dobrzyń n. Wisłą	12	24	21-8
5. Mustang Ostaszewo	13	23	15-8
6. Unia Solec Kujawski	13	22	21-12
7. Victoria Czernikowo	13	20	17-22
8. Kujawiak Kowal	13	20	15-17
9. Sparta Brodnica	12	19	27-12
10. Orleń Aleksandrów Kuj.	13	18	19-16
11. Noteć Łabiszyn	13	15	19-20
12. Łokietek Brześć Kuj.	13	15	15-25
13. Lech Rypin	13	12	13-30
14. GLKS Dobrcz	12	12	15-32
15. Cuavia Inowrocław	13	11	15-22
16. Piast Kołodziejewo	13	9	13-39
17. Unia Gniewkowo	13	8	9-25
18. Start Pruszcz	13	5	13-36

Koszykówka Pierwsze zwycięstwo Twardych Pierników, Anwil pokonany

TWARDE PIERNIKI DOGONIŁY BENIAMINKA

Joachim Przybył
joachim.przybyl@polskapress.pl

Anwil Włocławek przegrywa drugi mecz we własnej hali. Torunianie za to z pierwszym zwycięstwem.

MIASTO SZKŁA KROSNO - ARRIVA LOTTO 81:88 (31:14, 19:27, 17:21, 14:26)
Miasto Szkła: Watson 24 (2), 9 as., Hensley 11 (2), Jackson 10 (1), Brown-Soares 7 (1), Bockler 7 (1) oraz Wójcik 13 (1), Hopkins 7, Jankowski 2, Góreńczyk 0, Wrona 0, Chrabota 0.
Arriva Lotto: Thomasson 19 (2), 7 as., Kulig 15 (1), 13 zb., Langović 15, 11 zb., Smith 13 (3), Szlachetka 3 oraz Lapornik 11 (1), Kunc 9 (1), Brenk 3 (1).

Wielkie „uff!” w Toruniu. - Trudno mi sobie wyobrazić w jak bardzo złej sytuacji byliśmy na początku mecz. Takie mecze wygrywa się nie talentem i umiejętnościami, ale energią, poświęceniem i grą do końca. Odrobiliśmy straty i wyrwaliśmy zwycięstwo. Mam nadzieję, że to nam pozwoli uwierzyć w siebie i grać tak, jak potrafimy od początku w kolejnym spotkaniu - powiedział Adam Brenk.

Początek był koszmarny. W pierwszej kwarcie nie wiadomo co było gorsze: brak obronny Arrivy Lotto, czy nieporadność w ofensywie (4/12 z gry i aż 8 strat w 10 minut). Debiutujący w Miasto Szkła Maurice Watson - gwiazda Twardych Pierników przez kawałek sezonu 2021/22 - miał już 9 punktów na koncie, a beniaminek prowadził różnicą 19! Na szczęście potem było już tylko lepiej i już przed przerwą torunianie zmniejszyli straty do 5 punktów. Dopiero w 33. minucie torunianie odzyskali prowadzenie (wcześniej wygrywali 4:2 na początku spotkania), ale w 37. minucie było tylko 79:82. Od tego czasu pozwolili rywalom na jedno trafienie z gry, a po serii wolnych Langowicia i Thomassona (6/12 z gry, 7 asyst i tylko 2



FOT. OLIVIA NOWAK

Mate Vucić kontra Tomasz Gielo. W bezpośrednim starciu Chorwat był lepszy o jedną zbiórkę.

straty przez ponad 34 minuty na parkiecie) w 40 minucie wygrywali już 88:79.
- Zabrakło nam koncentracji na początku, popełnialiśmy mnóstwo strat. W drugiej połowie pokazaliśmy charakter i potrafiliśmy się podnieść. Kluczem była lepsza obrona i mądrzejsze rozgrywanie akcji w ataku - podsumował trener Srdjan Subotić.
W kolejny meczu Arriva Lotto 2 listopada podejmie Czarnych Słupsk.

ANWIL WŁOCLĄWEK - KING SZCZECIN 92:94 (14:18, 29:29, 22:31, 27:16)
Anwil: Michalak 22 (4), Mucius 19 (2), Fridriksson 12 (1), Vucić 14, Lockett 9 (1) oraz Slaughter 11 (3), Fumanavicius 2, Borowski 2, Pearson 1, Stupirski 0, Kolodziej 0.
King: Roberts 14 (1), Gielo 14 (2), Roach 11 (3), Popović 10, Żolnierewicz 7 oraz Kostrzewski 11 (1), Friedel 10 (3), Novak 9 (1), Egner 5 (1), Hustak 3 (1).

Goście zaczęli ze znacznie większą energią w obronie, punktami Tomasza Gielo i od prowadzenia

23:16 na początku 2. kwarty. Włocławianie popełniali sporo błędów w defensywie, a King spokojnie i cierpliwie na nie czekał. Po niesportowym faulu Locketta w 16. minucie przewaga urosła do 15 punktów.
- Mieliśmy fragmenty rewelacyjne, dobrze zaczęliśmy, ale nie potrafiliśmy tego przekuć w punkty. Zabrakło nam odpowiedniego ustawienia zawodników, dlatego mieliśmy tak mało asyst - wyjaśniał trener Grzegorz Kożan.
Anwil przy życiu przed przerwą utrzymał Fridriksson (12 pkt i 3 asysty), któremu energii nie brakowało i to on rozkręcił ofensywę. Do przerwy było tylko -4.
Po przerwie rozrzucał się Michalak. Na taki mecz czekał reprezentant Polski, który ten sezon rozpoczął bardzo przeciętnie. W meczu z Kingiem miał 7/14 z gry, świetne 4/9 za 3 i żadnej straty przez ponad 30 minut na parkiecie. Ale to wciąż były

pojedyncze atuty Anwilu, więc w 27. minucie grający zespołowo King (24:15 w asystach) znowu miał dwucyfrową przewagę.
Włocławianie walczyli, lepiej bronili w ostatniej kwarcie i zmniejszyli straty do 2 punktów. W ostatnich sekundach jeszcze udało się przechwycić piłkę, Mucius rzucał w ostatniej akcji za 3 na zwycięstwo, ale nie trafił nawet w obręcz.
Po raz kolejny fizyczny w teorii zespół przegrywał rywalizację pod tablicami. Z Arką Gdynia było 26:37, tym razem 33:41, w czterech ligowych meczach Anwil wygrał zbiórki jedynie z GTK Gliwice.
- Nasz ofens w końcu dojechał, ale boli, że King w dwóch kwartach zdobył 60 punktów. Nie dotrzyaliśmy także skautingu, zwłaszcza przy penetracji Novaka na lewą stronę w końcówce, te dwa punkty mogły zdecydować - narzekał Kożan.
- Mecz od początku nam się układał, choć trochę za szybko kilka razy traciliśmy przewagę - dodał Mateusz Kostrzewski.
W kolejnym meczu Anwil zagra 1 listopada na wyjeździe z niepokonaną Legią Warszawa.

Inne wyniki: Czarni - Słupsk 98:72, Śląsk Wrocław - Arka Gdynia 87:68, Legia Warszawa - Stal Ostrów 98:89, Trefl Sopot - Górnik Wałbrzych 84:77. ©/©

1. Legia Warszawa	4	8	+57
2. Trefl Sopot	4	8	+45
3. King Szczecin	4	7	+11
4. Górnik Wałbrzych	4	7	+4
5. Arka Gdynia	4	7	0
6. Anwil Włocławek	4	6	+34
7. Czarni Słupsk	4	6	+28
8. Śląsk Wrocław	4	6	+12
9. Start Lublin	4	6	-42
10. MKS Dąbrowa Górnicza	3	5	+15
11. Arriva Lotto Toruń	4	5	-22
12. Dziki Warszawa	3	4	+7
14. Zastal Zielona Góra	3	4	+15
13. Miasto Szkła Krosno	4	4	-43
15. Stal Ostrów	4	4	-55
16. GTK Gliwice	3	3	-66

Asta i Noteć walczyły do ostatnich sekund

MK, JP
joachim.przybyl@polskapress.pl

KOSZYKÓWKA. Dogrywka w meczu Enea Abramczyk Astorii, wielkie emocje także w Inowrocławiu.

KOTWICA KOŁOBRZEG - ENEA ABRAMCZYK ASTORIA BYDGOSZCZ 89:91 (19:23, 25:22, 21:15, 20:25, D. 4:6)
Kotwica: Dzierżak 19 (2), Nelson 15 (2), Fraś 6, Dymala 5 (1), Lewis 0 - Długosz 18, Małgorzaciak 14 (1), Kurpisz 12, Janczak 0, Tomala 0
Astoria: Gruszecki 24 (1), Kemp 13, Kamiński 12 (3), Kimbrough 6, Dzierżak 3 (1) - Kędel 17 (4), Nowakowski 8 (2), Andrzejewski 7, Ptak 1

Kotwica po trzech kwartach prowadziła 65:60. 5-punktowa przewaga gospodarzy utrzymywała się jeszcze do 38 minuty (80:75). Na 58 sekund przed końcem spotkania gospodarze odskoczyli na 4 punkty, ale Karol Gruszecki wykorzystał wówczas cztery rzuty wolne i doprowadził do dogrywki. W decydujących 5 minutach więcej zimnej krwi zachowała Astoria. Na minutę i 47 sekund przed końcem Wojciech Dzierżak trafił za 3 punkty. To były jego pierwsze punkty w meczu, ale okazało się, że ostatnie obu drużyn i kluczowe w meczu.

QEMETICA NOTEĆ INOWROCŁAW - MINERS KATOWICE 82:79 (17:23, 19:20, 15:16, 31:20)
Noteć: Frye 29 (7), Hamilton 14 (3), Czujkowski 12 (2), Harris 5 (1), Trubacz 0 oraz Rompa 8 (1), Ciesielski 7 (1), Grzesiak 7, Styczeń 0.
Miners: Davis 22 (2), Skiba 15 (2), Kierlewicz 12,

Szeffler 8, Formella 0 oraz Kapuściński 11, Krzyżmiński 7, Jagiełło 4.

Goście prowadzili przez ponad 32 minuty w tym meczu, w pewnym momencie nawet 14 punktami. Gospodarze mieli jednak wreszcie Dylana Frye'a w najlepszym wydaniu, Amerykanin trafił połowę z 14 swoich rzutów za 3! Jeszcze w połowie ostatniej kwarty beniaminek z Katowic prowadził 8 punktami, ale wtedy swój festiwal rozpoczął właśnie Frye, który w 5 minut zdobył 12 punktów, trafiając trzy razy z dystansu w ciągu niespełna minuty. To on też trafił dwa bardzo ważne wolne na 12 sekund przed końcem.

Inne wyniki: WKK Wrocław - Resovia 76:69, Sokół Łańcut - Decca Pelplin 77:70, Polonia Warszawa - Fulimpex Starogard Gdański 86:77, Polonia Leszno - GKS Tychy 88:67. ©/©

1. Fulimpex Starogard Gd.	7	13	+67
2. Enea Abramczyk Astoria	6	12	+96
3. Polonia Warszawa	7	12	+18
4. GKS Tychy	7	12	+12
5. WKK Wrocław	7	11	+17
6. Decca Pelplin	7	11	+15
7. Sokół Łańcut	7	11	-7
8. Resovia	7	10	-9
9. Qemetica Noteć	7	10	-53
10. Polonia Leszno	7	9	-59
11. ŁKS Łódź	5	8	+38
12. Basket Poznań	6	8	+29
13. Spójnia Stargard	5	8	-3
14. Kotwica Kołobrzeg	6	8	-9
15. Miners Katowice	7	8	-61
16. Politechnika Opole	5	6	-36
17. Żubry Białystok	5	5	-55

Derby walki dla Pałacu

Marcin Kozłowski
marcin.kozlowski@polskapress.pl

SIATKÓWKA. Derby starcie zespołów z Bydgoszczy i Mogiła trwało ponad trzy godziny i dostarczyło wiele emocji.

METALKAS PAŁAC BYDGOSZCZ - SOKÓŁ & HAGRIC MOGIŁO 3:2
Sety: 27:25, 33:31, 18:25, 23:25, 16:14
Pałac: Makarewicz 5, Foucher 14, Pol 17, Witowska 13, Baka 20, Łyczakowska 3, Ziółkowska (libero) - Głodzińska 7, Nowakowska 7, Sobalska 0.
Sokół: Tsitsigianni 27, Cur-Słomka 15, Brzoska 12, Cygan 8, Stronias 6, Stachowicz 1, Pancewicz (libero) - Priante Frances 1, Świętoń 0, Pinchewska 10, Kowalska 9.

Dwa pierwsze sety po zażartej walce na przewagi wygrały gospodynie. Sokolanki nie poddały się i dwie kolejne partie roztrzygnęły na swoją korzyść. O losach meczów zadecydował tie-break. Z wojny nerwów zwycięsko wyszedł Pałac, który wygrał seta

Inne wyniki: UNI Opole - LOS Nowy Dwór Mazowiecki 3:0 (25:18, 25:19, 25:14), Budowlani Łódź - DevelopRes Rzeszów 3:2 (25:18, 19:25, 20:25, 25:22, 15:12), #Volley Wrocław - Stal Mielec 2:3 (25:22, 25:23, 15:25, 20:25, 10:15). Mecz ŁKS Łódź - Radomka Radom i Chemik Police - BKS Bielsko-Biała zostaną rozegrane dziś.

1. DevelopRes Rzeszów	3	7	8:4
2. Radomka Radom	2	6	6:0
3. Budowlani Łódź	3	6	8:6
4. Chemik Police	2	5	6:3
5. Stal Mielec	3	4	7:7
6. #Volley Wrocław	3	4	5:6
7. ŁKS Łódź	1	3	3:1
8. BKS Bielsko-Biała	2	3	4:4
9. UNI Opole	3	3	4:6
10. Metalkas Pałac Bydgoszcz	2	2	3:5
11. Sokół & Hagric Mogiła	3	2	5:9
12. LOS Nowy Dwór Mazowiecki	3	0	1:9

Cracovia nie wykorzystała szansy dogonienia lidera

Marcin Kozłowski
marcon.kozlowski@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. W 13. kolejce rozgrywek PKO Bank Polski Ekstraklasy dominowali gospodarze, którzy wygrali 5 z 6 zakończonych meczów.

W najciekawszym spotkaniu Pogoń Szczecin pokonała Cracovię Kraków, która w przypadku wysokiego zwycięstwa mogła nawet awansować na pierwsze miejsce. Portowcy spisują się w tym sezonie poniżej oczeki-

wań, ale tym razem zwyciężyli z wyżej notowanym rywalem.
Z drużyn czołówki komplet punktów straciła też Korona Kielce, która uległa w Katowicach miejscowemu GKS-owi. Ważne zwycięstwo odniósł Raków Częstochowa i awansował aż o pięć miejsc. Na dnie tabeli ugrzązł - po porażce w Gdyni z Arką - Piast Gliwice.

Wyniki i strzelcy 13. kolejki: Termalica Nieciecza - Zagłębie Lubin 1:1 (Maciej Ambrosiewicz 59-karny - Leonardo Rocha 49); **Motor Lublin - Widzew Łódź 3:0** (Michał Król 41, Ka-

rol Czubak 46, 51); **Arka Gdynia - Piast Gliwice 2:1** (Dawid Kocyla 1, Kamil Jakubczyk 8 - Erik Jirka 45-karny); **Pogoń Szczecin - Cracovia Kraków 2:1** (Kamil Grosicki 61, Paul Mukairu 89 - Filip Stojilković 29); **GKS Katowice - Korona Kielce 1:0** (Sebastian Milewski 76); **Raków Częstochowa - Lechia Gdańsk 2:1** (Lamine Diaby-Fadiga 30, Tomasz Pierko 78 - Tomasz Bobek 33). Mecz **Górniki Zabrze - Jagiellonia Białystok i Legia Warszawa - Lech Poznań** zakończyły się po zamknięciu wydania. **Radomiak Radom - Wisła Płock** (poniedziałek, godz. 19, Canal+ Sport 3). ©/©

1. Jagiellonia Białystok	11	24	23:13
2. Górnik Zabrze	12	23	19:10

3. Cracovia Kraków	12	21	21:14
4. Wisła Płock	11	21	15:8
5. Korona Kielce	13	19	16:12
6. Lech Poznań	11	19	20:18
7. Zagłębie Lubin	12	17	25:18
8. Raków Częstochowa	12	17	14:16
9. Pogoń Szczecin	13	17	20:23
10. Widzew Łódź	13	16	20:20
11. Legia Warszawa	11	15	14:12
12. Radomiak Radom	12	15	22:22
13. Arka Gdynia	13	15	9:20
14. Motor Lublin	12	14	16:21
15. GKS Katowice	13	14	17:24
16. Lechia Gdańsk	13	10	22:29
17. Termalica Nieciecza	13	10	17:25
18. Piast Gliwice	11	7	10:15

Krótko

KOSZYKÓWKA

- Nie jestem pewien, czy powinienem dalej trenować ten zespół. Zagraliśmy po prostu fatalnie - powiedział trener Elmedin Omańić po porażce Energi Toruń z Eneą AZS Politechniką Poznań. Gospodynie nie zdołały wykorzystać osłabienia rywalek, nie mogła zagrać najskuteczniejsza wśród nich Jessica Carter. Energa prowadziła 39:35 po 1. połowie. Marzenia o pierwszym zwycięstwie rozplynęły się szybko po przerwie, a po raz kolejnym w tym sezonie trzecia kwarta okazała się przeszkodą nie do przejścia dla Katarzynek. Nie minęło 90 sekund gry, a poznanianki już odrobiły wszystkie straty i wyszły na prowadzenie. To była kwarta Aleksandry Pszczolarskiej, była Katarzynka w tym fragmencie meczu zdobyła aż 12 punktów. W grze gospodyni coraz więcej było niecelnych rzutów pod presją rywalek, prostych strat, Politechnika mimo braku podstawowej środkowej wygrała zbiórki 42:29.

Artego Bydgoszcz swój mecz z Polonią Warszawa rozegra we wtorek.

ENERGATORUŃ - ENEA POLITECHNIKA POZNAŃ 67:83 (17:23, 22:11, 15:26, 13:23)
Energa: Johnson 29 (3), Tarkovicova 12 (1), Kapinga Mawea 9, Preiths 5, Batura 3 oraz Sagerer 7 (1), Grządziel 2, Śmiełek 0.
AZS: Pszczolarska 25 (2), 10 zb., Piasecka 18 (4), Brown 13, 11 as, Popowicz 13 (1), Rutkowska 6 oraz Brzustowska 5 (1), Heagenbarth 3. (jp)

LOTTO
PIĄTEK, 24.10
Multi Multi, godz. 14.00
2, 6, 8, 10, 20, 22, 23, 29, 31, 40, 56, 57, 60, 61, 62, 65, 66, 67, 68, [80]
Kaskada, godz. 14.00
3, 4, 6, 8, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23
Multi Multi, godz. 22.00
3, 4, 5, 6, 10, 11, 12, 15, 16, 21, 35, 38, 41, [45], 55, 56, 73, 74, 77, 80
Kaskada, godz. 22.00
2, 3, 4, 6, 9, 10, 11, 16, 19, 20, 21, 24
Mini Lotto 1, 5, 15, 26, 36
Ekstra Pensja 8, 11, 26, 28, 29 - 4
Ekstra Premia 1, 2, 7, 14, 35 - 2
Eurojackpot 12, 13, 27, 42, 43 - 3, 4
SOBOTA, 25.10
Multi Multi, godz. 14.00
3, 6, 11, 20, 28, 36, 37, 41, 42, 43, [45], 49, 51, 54, 55, 65, 67, 69, 76, 77
Kaskada, godz. 14.00
1, 2, 3, 5, 6, 8, 13, 17, 20, 21, 23, 24
Multi Multi, godz. 22.00
4, 9, 10, 13, 19, 21, 24, 31, 36, [37], 40, 42, 53, 57, 61, 63, 66, 67, 70, 74
Kaskada, godz. 22.00
3, 4, 5, 7, 8, 12, 15, 16, 18, 19, 22, 23
Lotto 11, 20, 21, 27, 39, 46
Lotto Plus 4, 8, 19, 23, 28, 33
Mini Lotto 3, 7, 8, 30, 33
Ekstra Pensja 13, 23, 24, 31, 33 - 1
Ekstra Premia 2, 7, 22, 26, 34 - 2
NIEDZIELA, 26.10
Multi Multi, godz. 14.00
1, 2, 12, 13, 15, 18, 19, 20, 23, 29, 33, 55, 60, 61, 65, [67], 70, 73, 77, 79
Kaskada, godz. 14.00
1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 11, 12, 14, 16, 21

Żużel Były trener Abramczyk Polonii o porażce na torze, Woźniaku i klapkach

Bajerski: zespół nie udźwignął presji

Joachim Przybył
joachiim.przybyl@polskapress.pl

- **Takie tłumaczenia nie pasują do profesjonalistów - mówi Tomasz Bajerski.**

Ma pan jakiś żal do bydgoskiego klubu?

To było najprzyjemniejsze rozstanie z klubem w całej mojej trenerskiej karierze. Usiedliśmy, pogadaliśmy, omówiliśmy co się nie udało. Prezes Kanclerz nie miał powodu, żeby mnie wyrzucać z hukiem, niczego nie schrzaniłem, zawsze poważnie traktowałem swoje obowiązki. Tak jest sport: coś nie wyjdzie, winny zwykle jest trener.

Zaczynając play off miał pan w składzie czterech zawodników z top 10 Metalkas 2. Ekstraligi.

Sobie nie mogę wiele zarzucić. Wspólnie z klubem zapewniliśmy zawodnikom wszelkie warunki, aby ten cel zrealizować. Byłem 24 godziny na dobę do dyspozycji żużlowców, zawsze przygotowywałem na treningi i mecze tor taki, jaki oni chcieli. A dlaczego skończyło się źle? To pytanie powinno trafić do samych żużlowców. Myślę, że kilku z nich radziło sobie w sezonie zasadniczym, ale meczów o wysoką stawkę w play off po prostu nie udźwignęli, presja była za duża i jak to się czasami mówi, jeździli z zawiązanymi jarami.

Wiele się po meczach z Unią Leszno i Stalą Gorzów mówiło o bydgoskim torze.

Zawsze mnie irytuje takie szukanie wymówek w wykonaniu doświadczonych zawodników. Mieliśmy treningi, chcieli tor przyrzeczny - był przyrzeczny, chcieli przed rewanzem ze Stalą



Tomasz Bajerski przed dwa lata próbował wprowadzić Polonię do PGE Ekstraligi

potrenować gdzie indziej - załatwiłem im tor w Zielonej Górze. Tam nawet popadało, nawierzchnia była trudniejsza. Przyjechaliśmy do Gorzowa i od razu widziałem, że start i trasa są przyrzeczne. Powiedziałem drużynie: „to nawierzchnia taka, jaką chcieliście. Pokażcie co potraficie”.

Jest coś, co teraz zrobiłby pan inaczej?
Może jedną czy dwie zmiany w niektórych meczach...

Na przykład odstawienie Toma Brennana w meczu ze Stalą Gorzów w Bydgoszczy?

Wiele się o tej sytuacji mówiło, ale bronię swojej decyzji. Zmiana była oczywista, Maksymilian Pawełczak miał osiem punktów na początku meczu, wygrywał z liderami Stali. Zdecydowałem się wstawić go za Toma, bo w mojej ocenie Szymon Woźniak prezentował się nieco lepiej na torze. Teraz łatwo być mądrym, gdy znamy

wyniki, ale wtedy Szymon miał przebliski.

Co się stało po dziesiątym biegu finału z Unią Leszno. Była afera z polewaczką?

Żadnej. Jak profesjonalni zawodnicy z doświadczeniem w ekstralidze czy Grand Prix mogą szukać takich usprawiedliwień? To prawda, po dziesiątym biegu tor został polany, ale przed nominowanymi już nie, a i tak nadal przegrywaliśmy. Wiele się też mówiło o bydgoskim torze. Prawda jest taka, że Metalkas 2. Ekstraliga to wysoki poziom. Jeśli przyjadą dobrzy zawodnicy w przeciwnym zespole, to w końcu się dopasują. Trzeba umieć na to zareagować i odpowiedzieć.

To prawda, że podsuwał pan w parkingu odpowiedzi, ale nie wszyscy chcieli słuchać.

Może inaczej: za późno słuchali. Rozmawiamy w parkingu, zawodnicy kiwają głowami, a potem wyjeżdżają na tor i powie-

lają te same błędy. W pewnym momencie wręcz kazałem przeprowadzić pewne zmiany w motocyklach. W Lesznie po czwartym biegu widziałem, że musimy wprowadzić poprawki. Szymona Woźniaka przekonałem na koniec i od razu wygrał ostatni wyścig. Takich sytuacji było sporo. Nie twierdę, że zawsze miałem rację, ale wielu tych odpowiedzi nie wykorzystano.

Był problem w relacjach trener - drużyna?

Dla mnie nie było żadnego. Żużel to specyficzny sport i wiem, że nie zawsze można wierzyć zawodnikom. Gdy nie idzie, to nagle problemem jest silnik, polewaczka, mechanik, zbyt mocne słońce... Może nie wszystkim w drużynie podobał się mój charakter i styl pracy? Jestem konkretnym facetem, mówię zawsze uczciwie prosto w oczu jak ma być i co mi się nie podoba, nie znoszę fałszu i szepciana za plecami.

Jak o pana klapkach w czasie pracy na stadionie?

Najbardziej mnie wkurza, jak ktoś myśli, że ja o czymś nie wiem i udaje coś prosto w twarz. Owszem, chodziłem na stadionie w klapkach, ale kogo obchodzi co mam na nogach, gdy stoję na murawie przy 40 stopniach w słońcu? Nigdy nie dostałem ostrzeżenia za brak regulaminowego stroju. Miałem, mam i będę miał klapki, powiem nawet, że już sobie kupiłem nowe na kolejny sezon (śmiech).

W Lesznie huczało w parkingu o konflikcie Brennana z Huc-kenbeckiem.

Jakiś idiota to wymyślił. Prawda jest taka, że obaj mieli swoje boksy po przeciwnych stronach parkingu w Lesznie, ani razu jechali w jednym biegu, żaden drugiego nie zmieniał. Gdzie tu miał być konflikt?

Prezes Jerzy Kanclerz uchodzi za niełatwego szefa we współ-pracy. Były jakieś spięcia?

Żadnych. Bardzo dziękuję prezesowi za te dwa lata, dogadywaaliśmy się świetnie. Wszystkie sporne kwestie załatwialiśmy prosto w oczy, sprawy był uczciwie stawiane, nic nie działo się za plecami, nic nie było zamiatane pod dywan. Cenię sobie te dwa lata, nauczyłem się nowych rzeczy, także o żużlowych torach, poznałem nowych ludzi, nowe charaktery.

Teraz pana miejsce zajmuje Dariusz Śledź. Z takim składem nie sposób nie awansować?

Nie zazdroszczę mu, bo to wcale nie jest takie łatwe prowadzić faworyta. Szczepie życzę Polonii awansu, ten klub na to zasługuje. ©©

KH Energa Toruń nie poddaje się w wyścigu o finał Pucharu Polski

Joachim Przybył
joachiim.przybyl@polskapress.pl

HOKEJ. Torunianie w bardzo ważnym meczu pokonali na Tor-Torze GKS Katowice i kosztem rywala wrócili do czołowej czwórki.

KHENERGATORUŃ - GKS KATOWICE 5:4 (2:2, 2:1, 1:1)

Bramki: 1:0 Baszyrow - Syty, Denyskin (6:25), 1:1 Fraszko - Runesson, Wronka (8:28), 1:2 Dupuy - Anderson, Biepierszcz (9:14), 2:2 Arrak - Sedlak, Worona (16:20), 3:2 Kulintsew - Arrak (28:14), 4:2 Syty - Denyskin (29:20), 4:3 Anderson - Bie-

pierszcz, Dupuy (31:01), 4:4 Dupuy - Anderson (42:20), 5:4 Worona - Zieliński, Arrak (46:20).
KH Energa: Svensson - Jaworski, Laitinen, Baszyrow, Syty, Denyskin - Kulintsew, Zieliński, Worona, Arrak, Sedlak - Gimiński, Kurnicki, Fiodorovs, K. Kalinowski, Lewandowski - Schafer, Cybulski, Napiórkowski, Maćkowski, Ziarkowski.

Po dwóch kolejnych porażkach z Polonią Bytom i GKS Tychy torunianie musieli wygrać w piątek na Tor-Torze, żeby nie stracić kontaktu z czołową czwórką i szans na awans do turnieju finałowego Pucharu Polski. Gospodarze zrealizowali zadanie po

meczu pełnym emocji, zwrotów akcji i także sędziowskich kontrowersji.

KH Energa rozpoczął od prowadzenia, ale nie minęło dziesięć minut mecz, a wygrywali już katowiczanie. Ostatecznie wszystko rozstrzygnęło się w ostatniej tercji. Na samym początku do remisu doprowadził Jean Dupuy. Dwie minuty później padł decydujący gol w tym meczu: z dystansu uderzał Mateusz Zieliński, lot krążka zmienił Oleksij Worona i Jepsen Eliasson skapitulował po raz piąty.

W końcówce torunianie mogli podwyższyć, ale Mikołaj Syty nie trafił do pustej bramki po wycofaniu katowickiego bramkarza.

- To był ciężki mecz, ale walczyliśmy do samego końca. Mamy zwycięstwo, ale też na razie nie ma czego świętować. Kibice bardzo nam pomogli w trudnych momentach - podsumował Worona.

Niedzielnym mecz z JKH GKS Jastrzębie na Tor-Torze zakończył się po zamknięciu wydania (relacja na naszym portalu). Drugą rundę torunianie zako-

czą w piątek domowym meczem z Unią Oświęcim.

Inne wyniki: Cracovia - GKS Tychy 1:5 (1:0, 0:1, 0:4), Zagłębie Sosnowiec - Polonia Bytom 5:2 (0:0, 3:1, 2:1), JKH GKS Jastrzębie - Unia Oświęcim 2:0 (0:0, 1:0, 1:0).

1. Zagłębie Sosnowiec	13	29	60:29
2. Unia Oświęcim	14	27	54:34
3. JKH GKS Jastrzębie	13	26	38:26
4. KH Energa Toruń	14	25	64:47
5. GKS Katowice	13	22	33:32
6. GKS Tychy	13	22	45:33
7. Polonia Bytom	14	20	39:35
8. Cracovia	13	9	31:58
9. STS Sanok	13	0	21:91

Będą zmiany w stażu pracy - pracownicy zyskają, łatwiej będzie o dłuższy urlop czy jubileuszówkę

Małgorzata Stempinska
malgorzata.stempinska@polskapress.pl

Od 2026 roku okresy samozatrudnienia oraz pracy na podstawie umów-zleceń będą wliczane do stażu pracy, także z poprzednich lat. Trzeba będzie je potwierdzić zaświadczeniem z ZUS.

Dotychczas do stażu pracy wliczały się wyłącznie okresy przepracowane na umowie o pracę. Oznacza to, że osoby pracujące przykładowo przez kilka czy kilkanaście lat wyłącznie na umowie-zleceniu mają w świetle prawa niższy staż pracy niż osoba zatrudniona na etacie np. od roku. Tak samo wygląda sytuacja osób prowadzących jednoosobową działalność gospodarczą.

W ocenie Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej jest to niesprawiedliwe.

- Mało kto tak naprawdę ma możliwość wyboru formy umowy, na podstawie której świadczona jest praca. Zlecenie to też praca. Jednoosobowa działalność gospodarcza to



Dobra wiadomość! Zlecenie i samozatrudnienie od 2026 roku wliczą się do stażu pracy, co będzie miało wpływ na uprawnienia pracownicze jak np. długość urlopu

praca. I zasługują na docenienie. Dlatego konieczna jest zmiana kodeksu pracy, aby wyrównać szanse w dostępie do niektórych uprawnień pracowniczych, jak i stanowisk wymagających potwierdzo-

nego doświadczenia zawodowego - mówiła we wrześniu w Sejmie Agnieszka Dziemianowicz-Bąk, ministra pracy.

Zmiany, o których mowa, zawarto w ustawie przygotowanej przez resort pracy. Pod-

pisał ją prezydent Karol Nawrocki. Wejdzie w życie z początkiem 2026 roku.

Wiecej praw pracowniczych

Zgodnie z ustawą do stażu pracy wliczać się będą:

- okresy prowadzenia pozarolniczej działalności oraz współpracy z osobą prowadzącą działalność,

- okres zawieszenia działalności gospodarczej przez osobę prowadzącą pozarolniczą działalność gospodarczą w celu sprawowania osobistej opieki nad dzieckiem, za który zostały opłacone składki na ubezpieczenie emerytalne i rentowe,

- okresy wykonywania umowy-zlecenia,

- świadczenia usług, umowy agencyjnej oraz okres pozostawania osobą współpracującą,

- okres pozostawania członkiem rolniczej spółdzielni produkcyjnej i spółdzielni kółek rolniczych,

- przebyty za granicą (udokumentowany) okres wykonywania innej niż zatrudnienie pracy zarobkowej.

Nowe przepisy wpłyną m.in. na wymiar urlopu wypoczynkowego, szczególnie w przypadku osób z krótszym stażem pracy, a także na wysokość dodatku stażowego, możliwość nabycia prawa do nagrody jubileuszowej, długość okresu wypowiedzenia umowy o pracę oraz wysokość odprawy w przypadku rozwiązania stosunku pracy. Tym samym ustawa zlikwiduje w dużej mierze nierówności w traktowaniu pracowników ze względu na rodzaj wcześniej podejmowanej przez nich aktywności zawodowej.

Natomiast wliczenie nowych okresów do stażu pracy nie wpłynie na prawo do emerytury minimalnej ani na wysokość świadczeń emerytalnych.

Po zaświadczeniu do ZUS

Potwierdzanie nowych okresów wliczanych do stażu pracy będzie możliwe tylko na podstawie zaświadczeń wydawanych przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych. Wnioski o ich wydanie zostaną udostępnione dopiero od nowego roku

- na nowych formularzach dostępnych w systemie PUE/eZUS. Mimo to mieszkańcy regionu szturmują ZUS, licząc na to, że już teraz dostaną zaświadczenia potwierdzające np. pracę na umowę-zlecenie czy prowadzenie pozarolniczej działalności gospodarczej.

Poza tym obecnie wiele osób składa wnioski o wydanie zaświadczeń obejmujących cały przebieg ubezpieczenia, w tym również okresy zatrudnienia na podstawie umowy o pracę.

- Nie jest to jednak konieczne. W tym zakresie przepisy się nie zmieniają, a potwierdzeniem zatrudnienia nadal pozostaje świadectwo pracy - zaznacza Krystyna Michałek, regionalny rzecznik ZUS-u.

W Ministerstwie Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej dodają: - Jeżeli z jakiegoś powodu ZUS nie będzie w stanie wydać zaświadczenia potwierdzającego nowy okres wliczany do stażu pracy (np. bo przepracowany okres był dawno temu), pracownik będzie miał możliwość udowodnienia stażu własnymi dokumentami. ©

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

WWW.SKUP-MIESZKAN-TORUN.PL

Kupię mieszkanie, dom - 507123999

Praca

ZATRUDNIĘ

FIRMA zatrudni opiekunki do pracy w Niemczech, 790-480-590

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

BALUSTRADY Ogrodzenia Zadaszenia Automatyka ROMEX 606 464 268

MALOWANIE mieszkań. 509-559-008

MALOWANIE, remonty. 502141457

KOMPUTEROWE

514-042-236. Informatyk z dojazdem.

PORZĄDKOWE

DYWANY, tapicerki, okna. Czyszczenie "Kärcher" 697-628-925

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy koło Wadowic - tradycyjne turnusy Świąteczne, tel.: 501-642-492.

Różne

GOTÓWKA za KSIĄŻKI, 881-934-948

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

KUPIĘ ciągniki, przyczepy, maszyny rolne. Tel. 535135507.

AUTOREKLAMA

ibo

TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie przez Internetowe Biuro Ogłoszeń. **Bez wychodzenia z domu.**

ibo.polskapress.pl

AUTOPROMOCJA

Kondolencje i nekrologi w Twojej gazecie przez Internetowe Biuro Ogłoszeń, bez wychodzenia z domu

Tutaj zlecisz ogłoszenie

ibo.polskapress.pl

REKLAMA

0011407835

„ALPA”
Zakład i Dom Pogrzebowy
Nowa Główna Siedziba:
Toruń: ul. M. C. Skłodowskiej 41
ul. Podgórna 16
ul. Okólna 30
tel. 56/62-226-59
fax 56/66-11-239
CAŁĄ DOBĘ www.alpa.com.pl

- Transport ciała na terenie kraju i Europy;
- Załatwianie formalności pogrzebowych;
- Kremacje, ekshumacje;
- Odzież i dewocjonalia
- Wieńce i wiązanki
- Sprzedaż nagrobków;
- Możliwość wyboru kolorystyki strojów żałobników;
- Z szacunkiem i zaangażowaniem spełniamy ostatnią posługę.

0011422121

AUTOPROMOCJA

0010738838

Zlec
nekrologi,
ogłoszenia
drobne,
życzenia

Zawiadamiamy, że dnia 23 października 2025 r. zmarł
Kochany Mąż, Tata, Teść, Dziadek i Brat

Zbigniew Śmiela

absolwent Politechniki Łódzkiej,
całe życie zawodowe związany z Metronem

lat 93

Ceremonia pogrzebowa odbędzie się
we wtorek 28 października 2025 r. o godz. 13.30
na cmentarzu św. Jerzego przy ul. Gałczyńskiego
(środkowa brama).

Pograżona w smutku
Żona z Rodziną

Biuro ogłoszeń

Nowości Dziennika Toruńskiego:

Toruń, czynne: pn.-pt. 8-16

ul Grudziądzka 46-48, tel. 606 537 137

e-mail: lukasz.kopanski@polskapress.pl

Express
BYDGOSKI

GAZETA
pomorska

NOWOŚCI
DZIENNIK TORUŃSKI

Szmańda - psychiatra

Arkadiusz Szmańda jest specjalistą psychiatrą. Od ponad dwudziestu lat prowadzi prywatną specjalistyczną praktykę lekarską. Zajmuje się głównie leczeniem depresji i zaburzeń lękowych oraz innymi zaburzeniami psychicznymi, w tym uzależnieniami. Pracuje również w szpitalu psychiatrycznym w Toruniu.

**Prywatna Specjalistyczna
Praktyka Lekarska
- Gabinet Psychiatryczny
Arkadiusz Szmańda**

ul. Stefana Srebrnego 1,
Toruń,
tel. 56 62 10 811,
wizyty domowe:
601 959 392.

FOT.: GETTY IMAGES



SAD to zaburzenie występujące w sezonowych nawrotach, zwykle trudne do całkowitego wyleczenia

Jesienna chandra czy już depresja?

▶▶ Jesienna depresja? To nie mit. Depresja sezonowa to jeden z podtypów zaburzenia afektywnego depresyjnego

tekst nadesłany

Czujesz przygnębienie i zmęczenie, a przyczyny upatrujesz w jesiennym przesileniu, odrzucając opcję depresji? Prawdą mogą być oba wyjaśnienia.

Depresja sezonowa, z angielskiego zwanej angielskiego seasonal affective disorder - SAD, to rodzaj depresji występującej cyklicznie w sezonowych nawrotach. Pojawia się najczęściej późną jesienią i wczesną zimą. Potrwać może aż do wiosny. Depresja sezo-

nowa jest uważana za dość często występującą chorobę. Skala jej występowania jest różna w zależności od szerokości geograficznej i dostępu do światła słonecznego. W strefach umiarkowanych szacuje się, że dotyka ok. 4 proc. populacji. Jednak w regionach gdzie występują większe niedobory światła słonecznego może dotyczyć nawet 10 proc. To właśnie wspomniane sezonowe zmiany długości dnia i nocy uznawane są za główną przyczynę powodującą depresję sezonową. Choć pewne znaczenie mogą mieć również predyspozycje genetyczne.

SAD objawami zasadniczo nie różni się od typowej depresji. Pojawiają się m.in.: obniżenie nastroju; utrata energii; problem z odczuwaniem szczęścia; zaburzenia snu i apetytu; problemy z koncentracją, nieuzasadnione poczucie winy.

W przypadku depresji sezonowej również zaobserwowano obniżenie poziomu serotoniny w mózgu, a także zaburzenia innych neuroprzekaźników, w tym noradrenaliny, dopaminy i melatoniny. To właśnie serotonina i melanina są odpowiedzialne za rytm funkcjonowania organizmu w cyklu dzień-noc. Pogarszać przebieg

depresji sezonowej oraz utrudniać jej leczenie może dodatkowo niedobór witaminy D.

Jak diagnozować depresję sezonową? Nie istnieje jedna konkretna metoda na stwierdzenie, że w przypadku danego pacjenta mamy do czynienia z SAD a nie depresją w jej typowym przebiegu. Jednak jeśli lekarz na przykład ten rodzinny, usłyszy od chorego, że ten w ostatnim czasie odczuwa smutek, przygnębienie czy zmniejszenie odczuwania przyjemności powinien skierować go na pogłębioną diagnostykę u lekarza specjalisty, najlepiej psychiatry. Ten zaś

będzie mógł szczegółowo zdiagnozować dany przypadek. Jedną z najczęściej wykorzystywanych metod przy diagnozowaniu zaburzeń depresyjnych jest tzw. test/skala Becka.

W leczeniu depresji sezonowej lekarz może łączyć terapię farmakologiczną z psychoterapią oraz fototerapią. W związku z nawrotową specyfiką tej choroby najczęściej nie dochodzi do całkowitego jej wyleczenia, jednak właściwie dobrana terapia pozwala utrzymać komfort życia na satysfakcjonującym poziomie.

.....
Artykuł sponsorowany

REKLAMA 0011407839

PRYWATNA SPECJALISTYCZNA
PRAKTYKA LEKARSKA

**GABINET
PSYCHIATRYCZNY
ARKADIUSZ SZMAŃDA**

87-100 Toruń,
ul. Stefana Srebrnego 1
rejestracja
tel. 56 62 10 811, 516 138 555
wizyty domowe 601 959 392

AUTOREKLAMA

 **strefa
EDUKACJI**

**Edukacja
w najwyższym stopniu
stronaedukacji.pl**

AUTOPROMOCJA 009500638

Strefa Biznesu

**NAJWIĘKSZY
REGIONALIZOWANY
SERWIS GOSPODARCZY
W POLSCE**

- ✓ Sprawdzone informacje gospodarcze ze świata, z Polski i z Twojego regionu
- ✓ Porady dla małych i średnich przedsiębiorstw
- ✓ Baza komunikatów i przetargów



www.strefabiznesu.pl

AUTOREKLAMA

**strona
zdrowia**

Czytaj dla zdrowia

stronazdrowia.pl

REKLAMA 0011396030

Firma SPRZEDA

lokal użytkowy w Bydgoszczy
(udział w nieruchomości).

znajdujący się na szóstym piętrze budynku usługowo-biurowego (budynek Sanitasu).
Biurowiec położony tuż przy dworcu PKP.
Tel. 510 026 836

REKLAMA 0011391528

REZONANS MAGNETYCZNY

7 DNI W TYGODNIU

ODPŁATNIE I W RAMACH UMOWY Z NFZ

„TOMOGRAF”

ul. Kościuszki 71, Toruń

Rejestracja badań odpłatnych:
601 261 986, 22 276 24 40

rejestracja@tomograf.torun.pl www.tomograf.torun.pl

REKLAMA 0011416557

FLANDRIA

**SKLEPY
MEDYCZNE**

Inowrocław
UL. ANDRZEJA 15 - TEL. 52 353-22-15
UL. POZNAŃSKA 97 (SZPITAL) - TEL. 52 354-53-94

Bydgoszcz
UL. KONOPNA 22 - TEL. 52 345-43-97

Toruń
UL. FAŁATA 92 - TEL. 56 661-69-16
UL. ANDERSA 72 - TEL. 56 475-60-55

Zapraszamy

SCE „Flandria” Spółdzielnia Europejska z o.o. WWW.SKLEP.FLANDRIA.PL

REALIZUJEMY
WNIOSKI
NFZ



Na różowo. Badaj się, bo warto!

Starówka zrobiła się wczoraj różowa za sprawą Różowego Przejazdu Rowerowego, zorganizowanego przez Toruńskie Szprychy w ramach obchodów Różowego Października.

Różowy Przejazd Rowerowy pod hasłem „Jedź, bo możesz - badaj się, bo warto” miał zwrócić uwagę na znaczenie profilaktyki raka piersi i zachęcić kobiety do badań. Trasa przejazdu prowadziła spod pomnika Kopernika do Szpitala Miejskiego. Tam czekała na uczestników strefa z bezpłatnymi badaniami i konsultacjami.

Z kolei hasłem sobotniej Rowerowej Masy Krytycznej było „Rowerzysto, bądź widoczny!”. Do pokonania było ok. 14 km.

W sobotę z okazji święta lemurów w Ogrodzie Zoobotanicznym zorganizowano pokazowe karmienie tych zwierząt. ©© ID



Różowy Przejazd Rowerowy zorganizowano w Różowym Październiku, miesiącu, w którym szczególną uwagę przykładą się do profilaktyki raka piersi



Rowerowej Masie Krytycznej przyświecało hasło „Rowerzysto, bądź widoczny!”



Światowy Dzień Lemura w toruńskim ogrodzie obchodzono rozdając zwierzątkom łakocie



Na Wolnym Jarmarku Toruńskim jak zawsze było smacznie, zdrowo i kolorowo